

رئیس جمهور:

برجام موجب اعجاب جهانیان شد

شورای نگهبان در انتشار برجام شریک شد

رئیس جمهور گفت: صنعت نفت کشور خدا را شکر استفاده از فضای برجام داشته است. حجت الاسلام والمسلمین حسن روحانی ظهر دیروز (دوشنبه) در مراسم بهره برداری از طرح های اوسعه میدان نفتی غرب گارون اظهار کرد: برجام یعنی یک فضای جدید و فضای گشوده برای کشور و برای مردم. این اتفاق در حالی شده که ما اگر کشیم و بی در ادامه قرار داد، صنعت نفت باید از این فشار بهره ببرد و به حق هر صاحب میدان را درگیر کند.

مختصر اخبار:

تکثر کاندیداها به نفع هیچ جناحی نیست

جیانگری باید کرد

ضرورت استفاده از جوانان در عرصه مدیریتی کشور

معاون اول رئیس جمهوری تاکید بر ضرورت استفاده از جوانان در عرصه مدیریتی کشور، گفت: جامعه جوان کشور را در کنار ما داریم و باید بدانیم که ما اگر کشیم و بی در ادامه قرار داد، صنعت نفت باید از این فشار بهره ببرد و به حق هر صاحب میدان را درگیر کند.

ویدیو وانی از سازمان پخش ملی آید

الهام یارستم؛ جایگزین های احمدی نژاد

رحیمی در خانه است، نه زندان!

سخن گوی قوه قضائیه:

دیوان محاسبات در حقوق های نامتعارف اعلام جرم نکرده است



سخن گوی قوه قضائیه: دیوان محاسبات در مورد حقوق های نجومی به این قوه گزارش نشده است. گفت: دولت اعلام کرده که در حال بررسی موضوع حقوق های نجومی است و دیوان محاسبات نیز برای ارائه گزارش تکمیلی این موضوع تا پایان آبانماه مهلت خواسته است.

حجت الاسلام والمسلمین فلانحسین محسنی از دیروز یکشنبه در یکصد و چهل و نهمین نشست خبری در خصوص حقوق های نجومی گفت: چند ماه از این قضیه گذشته و مردم انتظار دارند نظام اقدام در مورد این اعلام دهد اگر جرمی واقع شده قوه قضائیه باید وارد شود. وی اظهار کرد قوه قضائیه مشتعل است بررسی ها تمام شود

از بهانی بهمانند گل نوبه کرد

پرهیز از اظهار نظر شتاب زده درباره ترامپ

رئیس مجلس شورای اسلامی بر لزوم پرهیز از اظهار نظر های شتاب زده و خشونت زده هنگام در مورد رئیس جمهور منتخب آمریکا تاکید کرد.

علی آقاجانی روز گذشته در جلسه فراسویان ولایت با حضور ۱۰۰ نماینده مجلس بر گزار شد تاکید کرد که باید تحلیل ها و اظهار نظر ها را بر رئیس جمهور منتخب آمریکا باید بخت داد و باید به او فرصت داد و اظهار نظر های شتاب زده و خشونت زده هنگام بر عیز شود و اجازه داده شود تا دستگاه دیپلماتیک موضوع گوی شفافیت ایجاد کند.

همچنین در این جلسه حاجی دایی رئیس کمیسیون تقنین بر نامه شنید گزارشی از روند بررسی های آتی به بر نامه شنیدار آید تا آیین به نمایندگی کل از قوه کرد.

شیر دال قیو خبر داد

تکمیل و بهره برداری از ۳۰ پروژه عمرانی تا پایان سال

شیر دال قیو از تکمیل ۳۰ پروژه عمرانی نیمه آواره و جدید تا پایان سال خبر داد و گفت: تکمیل و بهره برداری از این پروژه ها گامی است خوبی در وضعیت اقتصادی کشور ایجاد می کند.

د کتر سقاییان بر اهمیت آلودگی در استان تاکید کرد و گفت: استان خوبی پیدا کرد است. این به دلیل بود بازرگانی در فعالیت ها و رونق بیشتر اقتصاد شهر داری صورت بگیرد تا هم مردم با مالی صحیح تر از داشته باشند و هم اقتصاد در فعالیت ها توان هر کند داشته باشند. شیر دال قیو ۲۰ کیلومتر هر کت پروژه محور شهر داری در باز سال نخست فعالیت مدیر بات جدید، بیان کرد با اولویت با تمام ۱۴ پروژه نیمه آواره شهر دال هر کت توسعه و با همکار ی و همکاری خرون ساز مالی این تعمیرات شهر و ندان به حدی که تا پایان سال ۱۴۰۰ تمام پروژه های نیمه آواره شهر ...

علی مطهری:

دوست دارم در جنگ با اسرائیل شهید شوم

آگهی مزایده (نوبت اول)

مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم

موضوع مزایده: اجاره باشگاه سوار کاری، مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم

مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم در نظر دارد موضوع مزایده فوق الذکر را با مشخصات و شرایط کلی زیر از طریق برگزاری مزایده و براب شرایط قانونی به یکی از افراد حقیقی و حقوقی واجد صلاحیت و شرایط به شرح ذیل واگذار نماید:

الف- شرح مختصر کار:

اجاره یکساله باشگاه سوار کاری، مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم

ب- بر آورد قیمت، مدت و محل اجرای اجاره:

بر آورد قیمت: باشگاه سوار کاری شامل استیل نگه داری اسب، ابزار اولیه ساختن امور اداری، نماز خانه، خنک کن، سرویس های بهداشتی، محله های تمرین و مسابقه، کافی شاپ و ۲ عدد آلاچیب اجاره و با قیمت پایه ماهیانه ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال به مدت یکسال شمسی - محل: قم - جاده قدیم قم، تهران - بعد از هلال احمر - روبروی پمپ بنزین شیر - مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم

ج- مبلغ تضمین شرکت در مزایده و پذیرش شرایط پیشنهادی: بصورت مشروطه زیر به حساب مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران تسلیم گردد.

۱۰٪ قیمت پیشنهادی یکسال اجاره به یک از روش های ذیل:

۱- ضمانتنامه معتبر بانکی به نفع مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم تحت عنوان سپرده تضمین شرکت در مزایده باشگاه سوار کاری، مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم نزد بانک های معتبر که مدت اعتبار تضمین فوق باید حداقل ۳ ماه پس از تاریخ افتتاح پیشنهادها بوده و برای نه ماه دیگر قابل تمدید باشد و علاوه بر آن ضمانتنامه های بانکی باید طبق فرم های مورد قبول تنظیم گردد.

۲- واریز قبض بانکی به شماره حساب ۱۶۰۴۶۲۱۰ (جاری همراه) به نام مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم واریز گردد.

د- شرایط شرکت مزایده:

۱- التزام و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی ایران، قانون اساسی و تابعیت ایران

۲- عدم سوء پیشینه کیفری و اعتیاد به مواد مخدر و اعتیاد به سوء شهرت در جامعه ورزش

۳- تحمل تبعه و بر خورداری از توانمندی مالی و مدیریتی لازم

۴- تأیید صلاحیت های فردی، ورزشی، فنی و اخلاقی لازم توسط مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم.

۵- پیشنهاد دهندگان می توانند با هماهنگی سر بست مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران نسبت به بازدید از اماکن مذکور تا مورخ ۱۳۹۵/۰۹/۱۹ اقدام نمایند.

م- آگرس مزایده گزار و محل دریافت و تحویل اسناد مزایده: قم، جاده قدیم قم، تهران، بعد از هلال احمر، روبروی پمپ بنزین شیر - اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان قم، طبقه اول آقایان سجادی، غفاریان - کت: ۲۶۱۶۲۱۳۲-۳۶۱۶۲۱۳۵

هزمان و مهلت دریافت اسناد مزایده: از اول وقت اداری روز دو شنبه ۱۳۹۵/۰۸/۲۴ لغایت پایان وقت اداری روز دوشنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۵

*** جهت دریافت اسناد ارائه معرفی نامه مهر و امضاء شده از سوی مزایده گزار آسانی است.

و- آخرین مهلت تحویل اسناد: پایان وقت اداری روز سه شنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۶

ی- زمان بازگشایی پاکت ها: روز چهار شنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۷ ساعت ۰۹:۰۰ صبح.

*** حضور مزایده گران در جلسات کمیسیون مزایده با ارائه معرفی نامه کتبی آزاد و اختیاری می باشد.

*** مزایده با حضور حداقل یک پیشنهاد دهنده حقیقی و با حقوقی واجد صلاحیت و شرایط در مزایده دارای رسمیت بوده و خللی در برگزاری مزایده ایجاد نخواهد نمود.

*** مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم در انتخاب یا رد پیشنهاد نام الاخیلر بوده و شرکت در مزایده برای شرکت کننده هیچ گونه حقی ایجاد نمی کند.

*** در صورت اعلام برنده نفر اول از سوی مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم و عدم انعقاد قرارداد در موعد مقرر مبلغ تضمین شرکت در مزایده برنده نفر اول به نفع مجموعه فوق ضبط خواهد شد.

*** کلیه هزینه های مزایده از جمله نشر آگهی و کارشناسان به عهده برنده مزایده خواهد بود.

*** سایر شرایط در اسناد مزایده درج گردیده است.

مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم

آگهی مزایده عمومی (نوبت اول)

سازمان حمل و نقل و ترافیک شهری قم

در نظر دارد به استناد مجوز بند ۵ مصوبه ۱۳۹۵/۸/۴ هیات مدیره سازمان، **اجاره**

هشت ایستگاه (خانه) دوچرخه شهری را به شرح ذیل به مدت یکسال شمسی و بصورت مزایده عمومی به افراد واجد شرایط واگذار نماید.

لذا متقاضیان می توانند جهت اطلاع از شرایط و دریافت و تحویل اسناد و شرکت در مزایده از تاریخ نشر آگهی دوم به جز ایام تعطیل تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخه ۱۳۹۵/۹/۱۴ به نشانی قم، بلوار غدیر، جنب جایگاه گاز CNG و تالار آیین، واحد امور قرارداد های سازمان مراجعه و در صورت نیاز با شماره تلفن های ۵۹ و ۳۳۸۵۹۹۵۸ داخلی های ۱۴۱ و ۱۴۲ تماس حاصل فرمایند.

توضیحات:

- میزان سپرده شرکت در مزایده آن مبلغ (به عدد): ۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال (به حروف): ده میلیون ریال می باشد که شرکت کنندگان باید میزان سپرده شرکت در مزایده را بصورت قبض واریز نقدی به حساب سپرده شماره ۱۰۰۷۸۹۴۲۶۵۵۷ نزد بانک شهر شعبه پایانه های مسافری قم به نام سازمان حمل و نقل و ترافیک شهری قم ارائه نمایند.

- هر گاه برندگان اول و دوم مزایده حاضر به انعقاد قرارداد نشوند، سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد.

- هزینه کارشناسی و درج آگهی به عهده برنده مزایده می باشد.

- سازمان در رد یا قبول هر یک از پیشنهادها مختار است.

- پیشنهادات رسیده ساعت ۸/۳۰ صبح روز دوشنبه مورخه ۱۳۹۵/۹/۱۵ در محل سازمان، در کمیسیون مزایده مطرح و پس از بررسی و کنترل اسناد، برنده مزایده اعلام خواهد شد. همچنین حضور پیشنهاد دهندگان یا نمایندگان آنها در کمیسیون مجاز نمی باشد.

- سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مزایده مندرج است.

سازمان حمل و نقل و ترافیک شهری قم

دوشنبه—پنجشنبه چهارم آبان‌ماه ۱۳۹۵ — سال نوزدهم — شماره ۴۱۴۷

گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس حاکی از آن است که اگرچه میانگین دستمزد در بخش تولید خودرو پایین‌است، اما به‌دلیل نیروی کار مازاد فراوان و عدم امکان تعدیل نیروهای مازاد، مزیت دستمزد پایین می‌تواند مزیت رقابتی صنایع خودروسازی ایران را تحت‌الشعاع خود قرار دهد.

به گزارش خبرآنلاین، صنعت خودروسازی ایران، پس از صنعت نفت بزرگ‌ترین صنعت در ایران است و می‌توان گفت، یکی از مهم‌ترین صنایعی است که نقش قابل ملاحظه‌ای در رشد اقتصادی داشته‌است. اما انحصار در صنعت خودروی ایران، تاکنون منجر به ایجاد بازار تک‌قطبی و در نتیجه کاهش کیفیت و افزایش بی‌رویه قیمت محصولات شده‌است.دوقطب خودروسازی ایران یعنی ایران‌خودرو و سایپا در راس فهرست انحصارگران قرار دارند.

گزارش موسسه جهانی مکنزی در زمینه صنعت

خودروی ایران نشان می‌دهد که تولیدکنندگان

داخلی صنعت خودرو ۹۰ درصد بازار داخلی ایران

را پوشش می‌دهند که دو تولیدکننده داخلی،

ایران‌خودرو و سایپا، با سهم ۸۱ درصدی از بازار

در سال ۲۰۱۴، عمده بازیگران این بخش هستند.

بخش خودروی ایران دهمین صنعت کشور از لحاظ

ارزش‌افزوده ناخالص است و بالاتر از بخش‌های تأمین

مالی و بانکداری، خدمات عمومی، فناوری اطلاعات و

ارتباطات و گردشگری است.

براساس این گزارش، بازار خودرو در ایران با فروش سالانه ۱٫۱ میلیون دستگاه خودرو در سال ۲۰۱۴، بزرگتر از بازار اسپانیاست.این بخش تقریباً ۵ درصد نیروی کار ایران را به خود اختصاص داده است. در سال ۲۰۱۱ حدود یک میلیون ایرانی در این بخش مشغول به کار بودند. برآورد می‌شود که با احتساب نرخ واقعی ارز، صنعت خودرو می‌تواند ارزش‌افزوده ناخالص خود را از ۱۱ میلیارد دلار تا ۵۸ میلیارد دلار تا سال ۲۰۲۵ افزایش دهد یا سالانه بیش از ۸ درصد رشد کرده و در مجموع ۲۰۰ هزار شغل ایجاد کند که این امر نیازمند جلب سرمایه‌گذاری‌های عظیم در به‌روزرسانی تولید است.

تولید خودروهای تجاری داخلی که می‌تواند یک

فرصت رشد در ایران باشد، در دست چهار بازیگر

اصلی است ایران‌خودرو دیزل، سایپا دیزل، گروه

بهمن و گروه ماموت. از سال ۲۰۰۰ حجم تولید در

این زیربخش بیش از ۵۰ هزار افزایش یافته و به ۱۶۵

هزار دستگاه در سال ۲۰۱۴ رسیده است. با وجود

این، تولیدخودروهای تجاری به‌طور میانگین تنها۵

درصد از کل تولید خودرو در ایران را شامل می‌شود،

در حالی که این نسبت در بین هم‌تایان ایران ۲۶

درصد است.

چالش‌های بهروری در صنعت خودروی ایران

براساس گزارش موسسه مکنزی، نیروی کار تولیدی بخش خودرو در مقایسه با معیارهای جهانی از بهروری کمتری برخوردار است؛ در سال به ازای هر کارگر، ۲٫۸ خودرو در کشور تولید می‌شود؛این ملا، نقد و از رقم زد. «سید لیلاز» کارشناس ارشد اقتصاد سیاسی گفت: ترامپ بعد از اعلام نتایج انتخابات ریاست جمهوری آمریکا،همانطور که انتظار می‌رفت از موضع انتخاباتی خود عقب نشینی کرد و این امر به بازگشت وضعیت بازارها به شرایط عادی کمک کرد.این اقتصاددان در عین حال گفت: تغییر یک رویکرد حتی در ایالات متحده که بزرگ‌ترین اقتصاد دنیا به شمار می‌رود، نمی‌تواند روی اقتصاد ما و دنیا اثر تعیین کننده ای داشته باشد، همانطور که بسیاری از بازارهای پیش از یک نوسان اولیه به وضعیت سابق خود بازگشتند. شاخص کل بورس ایران در روز شنبه (بارف نگاری های فعالان اقتصادی، با ۶۰۰ واحد رشد به رقم ۷۹ هزار و ۱۲ واحد رسید.

اعلام نتیجه انتخابات ریاست جمهوری آمریکا در ساعات آغازین معاملات روز چهارشنبه (۹ آبان) شوک شدیدی به بورس های مالی بین المللی واز جمله ایران وارد کرد به طوری که سهام اغلب بورس ها در کشورهای مختلف سقوط کرد.
بتدریج با رافع نگاری از نبود تغییر عمده در رویکردهای اقتصادی آمریکا، آراش به بازارهای مالی ایران بازگشت. در معاملات دیروز یک میلیارد و ۱۴۲ میلیون سهم و حق تقدم به ارزش بیش از چهار هزار و ۵۷ میلیارد ریال در ۷۴ هزار و ۶۲۸ نوبت خرید و فروش شد.
استاندار اقتصاد دانش‌گاه شهیدبهشتی در ادامه درباره تاثیر انتخابات امریکاربط توافق هسته ای ایران با کشورهای ۵+۱ گفت: به نظر نمی رسد حشنه ای به توافق برجام (برنامه جامع اقدام مشترک) وارد شود، گرچه ممکن است تلاطم در آن بیشتر شود.اما کلیات آن تغییر نمی کند.
لیلاز با بیان این که مسایل اقتصادی ایران بیشتر داخلی و راه حل برون رفت از آن نسخه داخلی است،افزود: تاثیر رولبط منفی آمریکا با ایران انقدر نیست که بتواند ساختارهای اقتصادی ما را تحت تاثیر قرار دهد.مسایل اساسی اقتصاد ایران انقدر بزرگ است که اگر تحولاتی در این حوزه رخ می دهد، ارتباطی به دولت های دمکرات و جمهوریخواه امریکادرند.

به گفته این کارشناس ارشد اقتصادی مثلا مشکلات بیکاری، کسری بودجه، کمبود سرمایه گذاری و بهروری پایین در کشور هیچکدام به انتخابات امریکامرتبط نمى شود بلکه اینها چالش های اصلی اقتصاد ایران است.

لیلاز افزود: البته دولت یازدهم تلاش می کند در مدت باقی مانده، مقداری از طرح های زودبازده را در ماه های پیش رو تحرک بخشد، به طوری که در هفت ماه نخست امسال مقدار زیادی سرمایه گذاری از طریق اعطای وام به بخش های مختلف صورت گرفت و در نیمه دوم سال منتظر آن اقدام ها هستیم. همانطور که آثار آن را در رشد مثبت صنعتی ایران شاهد بودیم و رشد تولید خودرو تا پایان سال به حدود ۴۰ درصد می رسد که ما فوق انتظارها است.

رود،افزود: با این حال برای سال آینده به بعد نگران هستم ، چون در ایران بدون رشد سرمایه گذاری، رشد اقتصادی پیدا می کنیم یعنی از ظرفیت های خالی دوباره استفاده می کنیم .اما اگر بخواهیم از رکود سال ۱۳۹۰ جلو بزنیم، باید رشد سرمایه گذاری در کشور اتفاق بیفتد که در سه سال گذشته این اتفاق نیفتاده و این موضوعی است که به تنهایی در اختیار دولت نیست. لیلاز افزود: وقتی کشوری سالانه بیش از یک میلیون فارغ التحصیل دانشگاهی روانه وارد بازار کار می کند، اگر نرخ بیکاری سالی یک درصد باشد، یعنی بیش از یک میلیون نفر در سال بیکار می‌مانند و این موضوعی است که به پدائبران تاسه چهار سال آینده انتظار نمی‌رود، نرخ بیکاری در ایران به طرز موثری پایین بیاید و بعد است نرخ بیکاری ایران زودتر از ۱۰ سال تک رقمی شود.
استاد اقتصاد دانشگاه شهید بهشتی افزود: از سال ۱۴۰۰ به بعد، اگر برنامه ها به دست پیش برد و تلاش های سیاسی - اجتماعی صورت نگیرد، ممکن است نرخ بیکاری به سمت یک درصد می‌رسد.
شدن میل پیدا کند. به گزارش ایرنا، مرکز آمار ایران نرخ بیکاری تابستان ۱۳۹۵ (۱۲/۷) درصد اعلام کرده است که ۰٫۵ درصد نسبت به فصل بهار امسال و ۱/۸ درصد نسبت به زمان مشابه سال قبل افزایش دارد.

تولید خودرو در ایران



خودروسازی ایرانی با وجود کاهش تولید، نیروهای خود را حفظ کردند. با وجود این، حتی قبل از رکود سال ۲۰۱۱ بهروری نیروی کار کمتر از ۴ خودرو در سال به ازای هر کارگر بود. برای کاهش شکاف بهروری با کشوری نظیر ترکیه، ایران باید نسبت محصول به هر کارگر را ۲/۶ برابر کند.

از سوی دیگر، انرژیهای بخش خودرویی ایران بر تنوع و قیمت خودروها اثرگذار بوده است. ۴ مدل از ۵ مدل فروش خودروهای مسافری، نسخه‌های مسله‌پینه شده ۳۰ سال قبل پژو و سوارِی‌های کیا (پراید) با جعبه‌بندده دستی و میانگین قیمت ۳۴ هزار دلار (براساس برابری قدرت خرید هستند). به نسبت درآمد مردم، این خودروها برای ایرانیان به‌دست آورد، نسبت به ترک‌هاست و حدود ۳ برابر میزانی است که خریداران آلمانی یا فرانسوی پرداخت می‌کنند.

خودروهای تجاری از لحاظ برابری قدرت خرید، ۲٫۵ برابر گران‌تر از مدل‌های تولیدی در اروپای غربی هستند

نرخ بهره‌برداری کارخانه نیز در سال ۲۰۱۴ به‌طور

میانگین ۴۲ درصد یعنی اندکی بیشتر از نصف نرخ

بهره‌برداری (۸۰ درصدی) ترکیه بود. ایران می‌تواند با

افزایش نرخ بهره‌برداری و نوسازی توانایی‌های موجود،

تولید خود را دو برابر کند.

پشتیبان صادراتی و مزیت رقابتی صنعت خودروسازی ایران

گزارش موسسه مکنزی همچنین نشان می‌دهد براساس ضریب نقدی عملکرد فعلی خودرو در ایران (۲۰۰) خودرو به‌ازای هر ۱۰۰۰ نفر) و افزایش پیش‌بینی شده در تولید ناخالص داخلی سرانه طی ۲۰ سال آینده، برآورد می‌شود که بازار داخلی ایران بتواند تا سال ۲۰۲۵ به تولید ۳/۲ میلیون دستگاه در سال برسد و به یک صادرکننده منطقه‌ای در سایه رقابتی شدن، تبدیل‌شود.

ازجمله مزیت‌های رقابتی ایران می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

وقتی مزیت رقابتی صنایع خودروسازی ایران تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد

نیروی کار مازاد، چالش صنایع خودروسازی ایران



۱. سطح میانگین دستمزد نیروی کار در بخش تولید خودرو در ایران سالانه ۵۸۱۰۰ دلار برمبنای نرخ ارز بازار است که ۲۰ درصد کمتر از کارگران در ترکیه و ۴۰ درصد پایین‌تر از سطح دستمزدها در مراکش و جمهوری چک است.

۲. تعداد زیاد فارغ‌التحصیلان مهندسی در کشور

(که مهندسی مکانیک یکی از رایج‌ترین آن است) نیز

می‌تواند یک مزیت باشد.

۳. ایران از زنجیره عرضه داخلی نهادهایی همچون فولاد، بهره‌منداست.

۴. انرژی و برقی ارزان قیمت نیز یک مزیت هزینه‌ای

برای تولیدکنندگان است.

۵. نزدیکی جغرافیایی بازار و کاهش ترهه‌های داخلی

در تولیدکنندگان است.

۶. قابلیت صادرات منطقه‌ای مقرون به‌صرفه را ایجاد

می‌کند.

پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۵ میلادی بخش

خودروی ایران در صورتی که بتواند بهره‌وری و کیفیت

محصولات خود را تا سطح استانداردهای جهانی ارتقا

دهد، احتمالاً بتواند یک سهم پایدار ۵ تا ۱۵ درصدی

از حجم فروش در کشورهای منتخب را به‌دست آورد.

سوریه،

خودروهای هدف صادرات خودرو شامل عراق، سوریه،

پاکستان و کشورهای آسیای میانه از جمله قزاقستان و

ترکمنستان است و این کشورها یک پتانسیل صادراتی

تقریباً ۲۵ هزار دستگاه در سال ایجاد می‌کنند.

مزیت رقابتی صنایع خودروسازی ایران

و در عین حال حفظ اشتغال

مکنزی همچنین در تحلیل اخیر خود در باره صنعت

خودرو ایران متذکر شده است که برای غلبه ایران بر

چالش‌های بهروری و تحقق پتانسیل‌های صادراتی

در صنعت خودروسازی ایران، دو عامل بسیار حیاتی

و حساس تولید بلند مدت برای خدما در شدن افراد است

که به ترتیب: تعدادی از این هواییماها

و ساختن ناکار آمد هستند که بنا بر گفته رییس سازمان

هواییماهی کشوری، در مسیر اوراق قرار دارند. علی‌العاده

در این رابطه در مرادמה گفته بود: «تاکنون چهار فروند

از هواییماهای زمین‌گیر در فرودگاههای کشور را اوراق

کرداییم»

با این وضعیت ناوگان هوایی کشور، بیش از پیش نیاز

به هواییماهای جدید احساس می‌شود و به همین دلیل،

۵۰ میلیارد دلار تا ۲۰ سال آینده و اتخاذ سیاست

افزایش رقابت‌پذیری از طریق گشودن بازار خودرو به

روی رقابت بین‌المللی با زمان‌بندی مناسب و کاهش

تدریجی سیاست‌های حمایتی و تعرفه‌ای از صنعت

خودرو راهگشای اساسی جهت برون‌رفت از وضعیت

موجود بیان شده است. در نقد آسیب‌شناسی گزارش

مکنزی باید گفت که اگرچه میانگین دستمزد در

بخش تولید خودرو پایین است، اما به‌دلیل نیروی

کار مازاد فراوان و عدم امکان تعدیل نیروهای مازاد،

مزیت دستمزد پایین می‌تواند مزیت رقابتی صنایع

خودروسازی ایران را تحت‌الشعاع خود قرار دهد. نکته

مهم دیگر تعیین سازوکار عملی برای انتقال دانش

فنی برندهای طرف قرارداد صنعت خودروسازی ایران

به‌منظور جلوگیری از به‌وجود آمدن بازار صرفاً مونتاژ

خودرو و عدم تکرار تجارب ناموفق قبلی، در راستای

سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و بالا بردن بهره‌وری

نیروی کار در متن قراردادهای دوطرفه است که باید

مورد تأکید قرار گیرد.

مباحث تحلیلی موسسه مذکور مبتنی بر اصلاح

صنعت خودروسازی، افزایش تولید، تقویت بهره‌وری

و افزایش قدرت رقابت‌پذیری بر پایه فضای محیطی

اقتصادی و ساختار معیوب کنونی صنعت خودروسازی

ایران بنا شده است؛ این است که درخصوص

مباحث فضای اقتصادی صنعت خودروسازی کشور و

مشکلات ساختاری این صنعت و بحث اجرای کامل

سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی و واگذاری

کامل مدیریت به بخش خصوصی تأکید نشده‌است.

حال در کنار چالش‌های مطرح شده در این

گزارش و براساس نتایج به‌دست آمده در مطالعات

مرکز پژوهش‌های مجلس می‌توان روند نزولی سهم

خودرو از ارزش‌افزوده بخش صنعت و تنزل

زمانمند کردن تعرفه‌ها برای جلوگیری از طغیان بازار

باشد، در حالی که مشوق‌های مالیاتی و تسهیلاتی

برای ترغیب همکاری با تولیدکنندگان داخلی

باشد، در حالی که مشوق‌های مالیاتی و تسهیلاتی

برای ترغیب همکاری با تولیدکنندگان داخلی

تجهیزات اصلی استفاده می‌شود. کاهش مشوق‌های

داخلی می‌تواند برنام‌ه‌ریزی شود تا شرکت‌های جهانی

را به ورود سریع ترغیب کند. کاهش تعرفه‌ها باید

زودتر اعلام شوند تا شرکت‌های داخلی بتوانند زمان

برای رقابتی شدن داشته باشند.

تجربه کشورهایی که به‌دنبال نوسازی بخش‌های

خودرویی خود بوده‌اند، می‌تواند در نحوه استفاده از این

تجارب، راهگشا باشد. برای مثال هند، بازار خود را به

روی رقابت در طول یک دوره ۳۰ ساله از دهه ۱۹۸۰

باز گشود. این کشور قبل از شروع بازگشایی بازار به

روی رقابت بین‌المللی، ابتدا صنعت خودرویی داخلی را

در معرض تکنولوژی‌های نوین وارداتی قرار داد. امروزه،

تولیدکنندگان خودروی این کشور، رقابتی هستند.

در مقابل، بسیاری از کشورهای شوروی سابق که

بازارهای خود را ناآنگاه به روی تولیدکنندگان خارجی

باز کردند، با این پیامد روبه‌رو شدند که شرکت‌های

داخلی قادر توان رقابت‌پذیری شوند که در نهایت به

تملک شرکت‌های بین‌المللی راه افتاد.

وقتی مزیت رقابتی صنایع خودروسازی ایران

تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد

با وجود این گزارش، مرکز پژوهش‌های مجلس در

تحلیلی، به ارزیابی گزارش موسسه مکنزی پرداخته

است. براساس گزارش بازوی مشورتی مجلس، در

گزارش مکنزی پس آسیب‌شناسی انجام شده،

موضوع جذب سرمایه‌گذاری‌های عظیم معادل

۵۰ میلیارد دلار تا ۲۰ سال آینده و اتخاذ سیاست

افزایش رقابت‌پذیری از طریق گشودن بازار خودرو به

روی رقابت بین‌المللی با زمان‌بندی مناسب و کاهش

تدریجی سیاست‌های حمایتی و تعرفه‌ای از صنعت

خودرو راهگشای اساسی جهت برون‌رفت از وضعیت

موجود بیان شده است. در نقد آسیب‌شناسی گزارش

مکنزی باید گفت که اگرچه میانگین دستمزد در

بخش تولید خودرو پایین است، اما به‌دلیل نیروی

کار مازاد فراوان و عدم امکان تعدیل نیروهای مازاد،

مزیت دستمزد پایین می‌تواند مزیت رقابتی صنایع

خودروسازی ایران را تحت‌الشعاع خود قرار دهد. نکته

مهم دیگر تعیین سازوکار عملی برای انتقال دانش

فنی برندهای طرف قرارداد صنعت خودروسازی ایران

به‌منظور جلوگیری از به‌وجود آمدن بازار صرفاً مونتاژ

خودرو و عدم تکرار تجارب ناموفق قبلی، در راستای

سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و بالا بردن بهره‌وری

نیروی کار در متن قراردادهای دوطرفه است که باید

مورد تأکید قرار گیرد.

مباحث تحلیلی موسسه مذکور مبتنی بر اصلاح

صنعت خودروسازی، افزایش تولید، تقویت بهره‌وری

و افزایش قدرت رقابت‌پذیری بر پایه فضای محیطی

اقتصادی و ساختار معیوب کنونی صنعت خودروسازی

ایران بنا شده است؛ این است که درخصوص

مباحث فضای اقتصادی صنعت خودروسازی کشور و

مشکلات ساختاری این صنعت و بحث اجرای کامل

سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی و واگذاری

کامل مدیریت به بخش خصوصی تأکید نشده‌است.

حال در کنار چالش‌های مطرح شده در این

گزارش و براساس نتایج به‌دست آمده در مطالعات

مرکز پژوهش‌های مجلس می‌توان روند نزولی سهم

خودرو از ارزش‌افزوده بخش صنعت و تنزل

زمانمند کردن تعرفه‌ها برای جلوگیری از طغیان بازار

باشد، در حالی که مشوق‌های مالیاتی و تسهیلاتی

برای ترغیب همکاری با تولیدکنندگان داخلی

باشد، در حالی که مشوق‌های مالیاتی و تسهیلاتی

برای ترغیب همکاری با تولیدکنندگان داخلی

تجهیزات اصلی استفاده می‌شود. کاهش مشوق‌های

داخلی می‌تواند برنام‌ه‌ریزی شود تا شرکت‌های جهانی

را به ورود سریع ترغیب کند. کاهش تعرفه‌ها باید

زودتر اعلام شوند تا شرکت‌های داخلی بتوانند زمان

برای رقابتی شدن داشته باشند.

تجربه کشورهایی که به‌دنبال نوسازی بخش‌های

خودرویی خود بوده‌اند، می‌تواند در نحوه استفاده از این

تجارب، راهگشا باشد. برای مثال هند، بازار خود را به

روی رقابت در طول یک دوره ۳۰ ساله از دهه ۱۹۸۰

باز گشود. این کشور قبل از شروع بازگشایی بازار به

روی رقابت بین‌المللی، ابتدا صنعت خودرویی داخلی را

در معرض تکنولوژی‌های نوین وارداتی قرار داد. امروزه،

تولیدکنندگان خودروی این کشور، رقابتی هستند.

در مقابل، بسیاری از کشورهای شوروی سابق که

بازارهای خود را ناآنگاه به روی تولیدکنندگان خارجی

باز کردند، با این پیامد روبه‌رو شدند که شرکت‌های

داخلی قادر توان رقابت‌پذیری شوند که در نهایت به

تملک شرکت‌های بین‌المللی راه افتاد.

وقتی مزیت رقابتی صنایع خودروسازی ایران

تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد

با وجود این گزارش، مرکز پژوهش‌های مجلس در

تحلیلی، به ارزیابی گزارش موسسه مکنزی پرداخته

است. براساس گزارش بازوی مشورتی مجلس، در

گزارش مکنزی پس آسیب‌شناسی انجام شده،

موضوع جذب



هیأت ورزشی گلف بعد از پایان دوره چهار ساله آخرین رئیس خود و لقب مجمع انتخابات جدید، در حال حاضر بی‌تکلیف‌ترین هیأت ورزشی استان قم است.

هیأت گلف یکی از ۴۳ هیأت ورزشی فعال در استان قم است که کمتر از دو دهه از آغاز فعالیت رسمی این رشته ورزشی در قم می‌گذرد و زیر مجموعه آن علاوه بر گلف، رشته‌هایی نظیر مینی گلف و وودبال نیز فعال هستند و قمی‌ها به خوبی جذب این رشته ورزشی شده‌اند.

گلف تا کنون سه رئیس هیات به خود دیده است و همگان انتظار داشتند که با برگزاری مجمع انتخابات این هیات ورزشی در اوایل آبان ماه امسال، چهارمین رئیس هیات تاریخ گلف قم نیز مشخص شود اما این اتفاق رخ نداد تا ورزشکاران زیر مجموعه این رشته در بالاتکلیفی باشند.

*** پایان دوره ۳ ماه سرپرستی هیات گلف قم**

در واقع گلف از تیر ماه امسال که دوره چهار ساله ریاست سیدمحمد علویون در هیأت گلف استان قم به پایان رسیده، این هیأت با تصمیم فدراسیون گلف و اداره کل ورزش و جوانان استان قم با معرفی سرپرست جدید به فعالیت خود ادامه داد اما با پایان دوره سرپرستی اکنون در بالاتکلیفی است.

بعد از پنج تیر ماه که علویون از این هیأت ورزشی خداحافظی کرد با ابلاغی که از سوی فدراسیون گلف صادر شد، حمید خواجه‌بهائی موسولیت سرپرستی هیأت گلف استان قم را بر عهده گرفت تا به مدت سه ماه اداره فعالیت‌های این هیأت ورزشی را در دست بگیرد.

یکی از مهمترین ماموریت‌های سرپرست هیأت گلف استان قم این بود که مقدمات برگزاری مجمع انتخابات این هیأت ورزشی را فراهم کند و این اتفاق نیز در دوره سرپرستی رخ داد و قرار بود این مجمع در سومین روز آبان ماه با حضور اعضای مجمع در اداره کل ورزش و جوانان قم برگزار شود.

*** ثبت نام ۲۰ کاندیدا برای ریاست گلف**

با توجه به مهلتی که امور مجامع هیأت‌های ورزشی اداره کل ورزش و جوانان استان قم در نظر گرفته بود، دو کاندیدا یعنی رضا دلآوری و سیدمحمد علویون برای شرکت در انتخابات ثبت نام کردند تا مجمع انتخابات این هیأت ورزشی دو کاندیدا داشته باشد اما این مجمع در موعد مقرر برگزار نشد.

دلآوری به عنوان یکی از مولایتی استناداری قم و علویون رئیس پیشین این هیأت ورزشی دو کاندیدی ریاست هیأت گلف استان قم هستند و در سومین روز آبان ماه مجمع انتخابات به منظور تعیین رئیس جدید این هیأت با حضور کیاکوس سعیدی رئیس فدراسیون گلف، حسن عبدی مدیر کل ورزش و جوانان استان قم و دیگر اعضای مجمع در سالن کنفرانس اداره کل ورزش و جوانان استان قم برگزار شود اما این مجمع باگهیاب به تعویق افتاد. حتی بعد از پایان دوره سه ماه سرپرستی حمید خواجه‌بهائی در هیأت گلف استان قم با وجود فعالیت‌های مثبت صورت گرفته، اما خواجه‌بهائی در این هیات ورزشی ماندگار نشد تا به قول عامیانه،

اخبار

دیدار سرپرست باشگاه پرسپولیس باسلطانی‌فر

پرسپولیس فعلا در ساحل امنیت مدیریتی

گمانه‌زنی‌ها درباره شرایط مدیریتی باشگاه پرسپولیس با نشست دیروز سرپرست این باشگاه با وزیر ورزش به سنگ خورد.

طبیعی بود وقتی وزیر جدید ورزش و جوانان معرفی شد شایعات و گمانه زنی‌ها در مورد تغییرات در بخش‌های مختلف مدیریتی چه در خود وزارت و چه در ارگان‌ها و شرکت‌های وابسته به وزارت ورزش شیوع پیدا کند.

یکی از قوی‌ترین گمانه زنی‌ها در قسمت تغییرات مربوط به ماندن و نماندن علی اکبر طاهری سرپرست باشگاه پرسپولیس بود. حتی کار به جایی رسید که روز معارفه مسعود سلطانی‌فر به شدت خبری بین رسانه‌ای‌ها پیچید که طاهری استعفا کرده است.البته مشخص است که وضعیت مدیریتی باشگاه پرسپولیس از حالت سرپرستی به سمت مدیرعاملی باید مشخص شود. شاید یکی از بزرگ‌ترین نگرانی‌ها که در مورد سرخوشان در گذشته وزیر سابق قم در همین روند سرپرستی اداره شدن این باشگاه بود و به همین دلیل با روی کار آمدن سلطانی‌فر اولین جایی که در مورد تغییرات در آن شایعات شروع شد پرسپولیس بود.

اینکه چه کسائی و با چه جراتی و با چه اهدافی این شایعه را به شدت وسیعی پخش کردند خود سوالی است که نیاز به بررسی دارد اما با وجود شدت شایعه و عدم پاسخ دهی از سوی باشگاه پرسپولیس در این زمینه این اتفاق روز چهارشنبه ای که گذشت رخ نداد و البته تا امروز هم خبری از استعفا یا بر کناری نبوده است. مسلم است در فضائی که شایعات در مورد ماندن و یا نماندن یک مسئول قوت می گیرد و هر روز به شکل عجیبی در رسانه‌ها مطرح می شود کار کردن را برای هر مدیری سخت می کند و مدیر باید با چالش مجموعه خود را جلو ببرد. در همین زمینه روز گذشته علی اکبر طاهری راهی وزارت ورزش شد و با مسعود سلطانی‌فر جلسه ای را برگزار کرد.

گفته می شود در این نشست سرپرست باشگاه پرسپولیس برای روشن شدن وضعیت خود و این فضای گمانه زنی که در مورد مدیریت پرسپولیس پیش آمده با وزیر ورزش صحبت هایش را مطرح کرد و به او اعلام کرد این فضای ایجاد شده به پرسپولیس لطمه وارد می کند و بهتر است اگر وزارت روی او نظری ندارد هر چه زودتر تصمیم گیری کند و درغیر این صورت با آرام شدن فضا وی به کارش ادامه دهد.

وزیر ورزش نیز در این جلسه که تشکیل آن ضروری به نظر می رسیده اعلام کرده که برای وزارت ورزش استقلال و پرسپولیس اهمیت دارد و فعلا در برنامه های این وزارت تغییر نیست.

سلطانی‌فر ظاهرا به طاهری تاکید کرده به کارش ادامه دهد و روی فعالیت های پرسپولیس تحقیقات انجام شده و این باشگاه مورد رصد قرار گرفته است و نیازی به تغییر در این باشگاه ندیده است. به نظر می رسد با این جلسه ای که بین طاهری و سلطانی‌فر تشکیل شده فعلا از تغییرات در پرسپولیس خبری نیست تا شاید زمانی که وزیر ورزش در فرصتی مناسب به دنبال این باشد که فضای مدیریت باشگاه را به سمت مدیرعاملی ببرد.

عبدللهیی

در جام حذفی هدفی جز قهرمانی نداریم

سرپرست تیم فوتبال استقلال تاکید کرد، این تیم در جام حذفی هدفی به جز قهرمانی ندارد.

نصرالله عبداللهیی در مورد شرایط استقلال برای ادامه بازی‌های لیگ برتر و تقابل آبی‌پوشان با صبا در جام حذفی گفت: خوشبختانه تیم کارش را به‌خوبی انجام می‌دهد و منصوریان و اعضای کادر فنی هم برنامه‌ها را به‌خوبی جلو می‌برند. بازی با صبا در جام حذفی بسیار سخت است، چون آنها تیم خوب و یکدستی دارند، ولی امیدوارم که در نهایت پیروز شویم. ما در جام حذفی هدفی جز قهرمانی نداریم و باید همه حریفان را از پیش رو برداریم.

عبداللهیی با اشاره به درگذشت منصور پورحیدری، اسطوره باشگاه استقلال اظهار داشت در چند ماه اخیر جای پورحیدری در تمرین خالی بود و ما همیشه یادش می‌کردیم مطمئناً در آینده هم از او یاد خواهیم کرد و جای منصورخان همیشه در استقلال خالی است. من از قدیم با منصورخان هم‌اتاق بودم و حتی چند ماه پیش که در فینال جام حذفی به آبادان رفتم باز هم با او هم‌اتاق بودم. بودن در کنار او با خطرات زیادی برای من همراه شد.

سرپرست تیم فوتبال استقلال ادامه داد: ما ۴۳ سال با هم بودیم و هیچ‌وقت ندیدم او به کسی بی‌احترامی کند. ما خیلی موقع‌ها خصوصی ما هم حرف می‌زدیم، چه در مورد فوتبال و چه در مورد مسائل شخصی. من هیچ‌وقت ندیدم که پورحیدری یکبار حرف رکبک بزند و این بسیار مهم بود. او به استقلال وفادار بود و زمانی که این تیم با مشکل مواجه شد، تشکیلات استقلال را خودش اداره کرد و حتی از جیبش برای این تیم هزینه می‌کرد.

عبداللهیی درباره اینکه برخی معتقدند پیشکسوتان استقلال رابطه خوبی با یکدیگر ندارند، تصریح کرد: یک عده هستند که به‌عنوان مربی یا به پست‌های دیگر دوست دارند در دو تیم استقلال و پرسپولیس فعالیت داشته باشند. طبیعتاً اختلافاتی بین پیشکسوتان یا قدیمی‌ها به‌وجود می‌آید، ولی آنها بارها به پرسپولیس و استقلال آمده و جدا شده‌اند. من معتقدم در بین پیشکسوتان پرسپولیس هم اختلاف‌هایی دیده می‌شود.

وضعیت نامعلوم گلف قم

گلف بی‌تکلیف‌ترین هیأت ورزشی قم



این هیات ورزشی در حال حاضر روی هوا باشد و ورزشکاران و نیروی انسانی فعال در بخش‌های مختلف آن بالاتکلیف باشند.

*** عملکرد موفق هیات گلف قم در دوره سرپرستی**

البته در دوره سرپرستی هیأت گلف استان قم نتایج بسیار خوبی توسط ورزشکاران این هیأت ورزشی نصیب ورزش قم شد که از جمله آنها می‌توان به درخشش ورزشکاران رشته‌های مختلف زیر مجموعه این هیأت ورزشی نظیر گلف، مینی گلف و به کاپ در مسابقات لیگ و فدراسیون کشور اشاره کرد.

ورزشکاران این رشته ورزشی امسال موفق به کسب چهار عنوان برتر به کاپ ایران شدند، موفقیت‌هایی که نمایندگان به کاپ استان قم، در تابستان امسال ظرف کمتر از یک ماه با کسب چهار عنوان برتر و شاخص رقابت‌های به کاپ بانوان و مردان کشور به ارمغان آوردند.

نخستین دوره رقابت‌های به کاپ قهرمانی مردان و بانوان کشور اوایل مرداد ماه به میزبانی مجموعه ورزشی انقلاب تهران به انجام رسید که قهرمانی و نایب‌قهرمانی بخش بانوان آن به‌قم اختصاص یافت و سپس در نخستین دوره مسابقات لیگ و یکپکارهای قهرمانی به کاپ با حضور ساحلی مردان و بانوان کشور، استان قم در عنوان دومی و سومی را از آن خود کرد.

*** موفقیت ۲ داور قمی در کسب مدرک قضاوت مسابقات وودبال**

در حالی که هیات گلف استان قم در بالاتکلیفی به سر می‌برد اما نیروی انسانی فعال در این رشته چندان به امید مسوولان فدراسیون، اداره کل ورزش و جوانان قم و هیأت گلف ننشسته‌اند، در این بالاتکلیفی دو داور برای نخستین‌بار در ورزش قم برای

بیرلوند

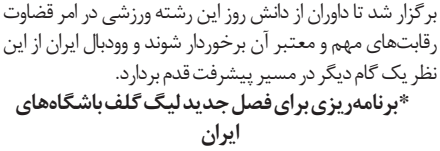
دوشنبه –سیست وچهارم آبان ماه۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۱۴۷

دوشنبه –سیست وچهارم آبان ماه۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۱۴۷

گزارش

حمله سردار، نیمار و رفقا به رکورد شهریار

علی دایی با ۱۰۹ گل در پیراهن تیم ملی کشورمان در صدر گلزنان فوتبال ملی جهان است.



شهریار فوتبال ایران نزدیک به دو دهه است که با اختلاف زیاد نسبت به رقبای بهترین گلزن ملی جهان است. این رکورد جولانده علی دایی باعث شده که او در صدر توجهات رسانه‌ها و حتی فیفا در این زمینه باشد و به واسطه همین عنوان به مراسمات رسمی و مهم فیفا فرا خوانده شود. اما هر رکوردی در نهایت شکسته خواهد شد. همانطور که علی دایی سال‌ها قبل و در جوانی با رکورد زنی به این عنوان رسید در آینده هم جوانی دیگر رکورد او را خواهد زد، این واقعیتی تلخ است اما می‌توانیم امیدوار باشیم یک ایرانی دیگر رکورد او را بزند تا این رکورد برای ما باقی بماند. گلزنی نیمار در بازی چند روز گذشته مقابل آرژانتین او را ۵۰ گله کرد و با توجه به روند گلزنی هایش او را می‌توان جدی‌ترین رقیب دایی دلست. البته سردار آزمون ستاره ترکمن تیم ملی کشورمان نیز می‌تواند با حفظ شرایط موجود خودش را به دایی و رقبای برساند. در ادامه

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور، به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی فصل جدید این رقابت‌ها با حضور روسای هیأت‌های استانی و مدیران باشگاه‌ها و تیم‌های حاضر در لیگ در حضور دبیر فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

بر اساس آیین‌نامه جدید، تیم‌های حاضر در رقابت‌های لیگ برتر و دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

*** غیبت گلف قم در مسابقات لیگ کشور**

این تصمیم با هدف ارتقاء سطح کیفی رقابت‌های لیگ گلف ایران گرفته شده تا تیم‌هایی که از توانایی مالی لازم برخوردارند در لیگ حضور یابند اما در حال حاضر هیأت گلف استان قم هیچ امکان تصمیم‌گیری برای حضور در این مسابقات ندارد زیرا این هیأت بعد از دوره سرپرستی اکنون بالاتکلیف است.

این در شرایطی است که در سال قبل تعداد هشت تیم در مسابقات لیگ برتر و تعداد ۹ تیم در رقابت‌های لیگ دسته اول گلف مردان باشگاه‌های کشور حضور داشتند و بازی‌های لیگ دسته اول گلف بانوان ایران نیز با حضور هفت تیم رسماً افتاداری و برگزار شد.

در شرایطی که سال ۱۳۹۴ تعداد دو تیم از مسابقات لیگ برتر

گلف به رقابت‌های لیگ دسته اول سقوط کردند و دو تیم از دسته

اول به لیگ برتر راه یافتند اما از مدت زیادی است که در

لیگ کاپ ایران خبری نیست و باید منتظر ماند و دید که ابتدا

تکلیف هیات ورزشی گلف قم چه می‌شود و سپس رئیس جدید

آیا تصمیمی برای حضور گلف قم در رشته‌های زیر مجموعه آن در

لیگ‌های کشور دارد یا خیر؟

بیرلوند

امیدوارم رکورد گل نخوردن تیم ملی حفظ شود

بهترین کار را که کادر فنی انجام داد که اردویی را در پیی برگزار کرد. خودتان می‌دانید رسانه‌ها خبرهایی را منتشر کردند مبنی بر اینکه بازیکنان پرسپولیس پلی‌استیشن بازی می‌کنند، به هر حال پلی‌استیشن نیاز است. همه می‌بینند ما چه زجر می‌کشیم، تنها تیمی هستیم که صبح دو نوبت تمرین می‌کنیم و هر چمن و هر بعدازظهر در سالن ورزش تمرین داریم. هیچ تیمی در اردو ساعت ۷ تا ۳ پیاده نمی‌شود اما ما همین ساعت از خواب بیدار می‌شویم. می‌توانید تیمی را در لیگ برتر پیدا کنید که ساعت ۷ و ۳۰ از خواب بیدار شود؟ اصلاً بدن‌شان اجازه می‌دهد؟ اما ما اینجا همین ساعت از خواب بیدار می‌شویم. همه تمرین می‌کنیم. بعدازظهر هم دوباره تمرینات پیگیری می‌شویم. بنابراین بازی با پلی‌استیشن نیاز است، اگر یکی دو ساعت به ما اجازه ندهند که به خرید برویم شرایط سخت خواهد بود. هواداران مطمئن باشند آخر فصل بچه‌ها مزد زحماتی که می‌کشند می‌بینند. امیدوارم با این تمرینات سخت قهرمان شویم.

فکر می‌کنی به بازی با پیکان برسی؟

تا شرم را می‌کنم به خاطر همین می‌خواهم دستم را باز کنم. ۱۰ روز دیگر با پیکان بازی داریم تلاش می‌کنم تا در طول یک هفته دستم را درمان کنم. همه سعی من این است در نخستین بازی تیمم حضور داشته باشم.

تیم ملی فوتبال ایران سشنه بازی دارد و جای شما در این مسابقات خالی است.

بله، هر روز، روزها را می‌شمارم تا سیری شود. این بازی واقعا سخت است. ناراحت‌م از اینکه با تیم ملی نیستم. دلم برایشان تنگ است. بعد از جام جهانی بزریل وقتی به تیم ملی دعوت شدم اولین بار است که همراه آنها نیستم. دوست دارم این بازی زود تمام شود و بچه‌ها دست بر برگردند. فعلاً بازی سختی روبه‌رو داریم. به جز بازی با سوریه با شرایط آب و هوایی هم روبه‌رو هستیم. البته فکر می‌کنم بازی با گینه‌نو کمک زیادی به تیم ملی کند. بچه‌ها با آمادگی بالا بازی را پر گل به پایان رساندند و هم حالا برای بازی با سوریه آماده هستند. سوریه تیم سخت‌کوشی است اگر این سه امتیاز را بگیریم پنج فینال را پشت سر گذاشته‌ایم. همه‌ها بازی با ایلام مثل مسابقه فینال ببینیم. هنوز هم چیزی مشخص نیست، احتمالاً **سوشال من‌کای، اخباری یا ماهظری در درون دروازه قرار بگیرند. نظر تان در این باره چیست؟**

برای همه بازیکنان آرزوی موفقیت دارم. امیدوارم هر دو تیم صحیح و سالم از زمین خارج شوند و مصدومی نداشته باشیم چرا که آنها هم آرزو دارند سال‌های سال فوتبال بازی کنند. کی‌روش کسانی را دعوت می‌کند که لیاقت حضور در تیم ملی را دارند. مربی گلر‌ها هم کسی را انتخاب می‌کند که بتواند به تیم ملی کمک کند. من هم دعا می‌کنم هر کسی که درون دروازه قرار می‌گیرد در وهله اول گل نخورد و دوام داشته باشد. فکر می‌کنم ما نخستین تیمی هستیم که در طول مقدماتی جام جهانی در دور رفت گل نخوردیم.

در تمریناتی که داشتی نشان دادی بازی با پایت هم خوب است چون به خوبی در پیل می‌زدی.

هم چون من اول فوروارد بازی می‌کردم. زمانی که با مربیگری فرکی در تیم جوانان نفت بازی می‌کردم در پست هافبک وسط بازی می‌کردم. یک بار هم در خاطرم هست که فرکی همه را جمع کرد و گفت من هافبک وسط خودم را پیدا کردم. خدا را شکر می‌کنم که این اردو برای ما خوب بود از نظر بدنی در شرایط مساعدی قرار داریم. تمام تمریناتی که گلر‌ها با دو دست انجام می‌دهند را من با یک دست انجام دادم. با دست چپ کار کردم و از طرفی بازی با هم داشتم که این موضوع برای دروازه‌بان خوب است.

مری تیم فوتبال صبا می‌قم

پیروزی صبار استقلال شگفتی نیست

برنامه‌های خاصی برای بزرگداشت آن مرحوم دارند. انجام این بازی در ورزشگاه آزادی باعث می‌شود که این برنامه‌ها بهتر اجرا شده و حرم منصورخان بیشتر حفظ شود.

مربی سابق استقلال افروز، درمقاروی را که همه می‌شناسند و می‌دانند او سال‌ها برای استقلال بازی و مربیگری کرد. ضمن این که من هم استقلالی هستم. گذشته از این که دو مقطع افتخار حضور در کادر فنی تیم استقلال را داشتم، خودم هم به شخصه استقلال را دوست دارم و کف استقلالی هستم. اما این موضوع باعث نمی‌شود تا مسئولیتی که در تیم صبا دارم را فراموش کنیم. الهامی خاطر نشان ساخت: احساسات به جای خود، بازی و رقابت به جای خود. ما استقلالی هستیم و استقلال را هم دوست داریم. اما الان تحت قرارداد صبا هستیم و نسبت به این تیم مسئولیت داریم. اجازه نمی‌دهیم احساسات ما باعث شود به مسئولیت مان خدشه وارد کند. مربی تیم صبا گفت: تا اصولی باشی مسئولیتی که جام حذفی جام شگفتی هاست. البته پیروزی احتمالی صبا بر استقلال باور شگفتی نیست. چون دو تیم در لیگ برتر حضور دارند و از قوای تقریباً برابر برخوردارند. منظور من این بود در جامی که هر تیمی می‌تواند هر تیمی را ببرد، اصلاً دیدن نیست که صبا همه بتواند استقلال را ببرد. حتی در تهران روی در خصوص جایگاه تیم صبا در جدول رده بندی گفت: مایات جایگاه تیم در جدول نازحت هستیم اما نگران نیستیم. فردگی امتیازات در جدول بسیار زیاد است. مثلاً تیم ما که در رده پانزدهم قرار گرفته ۹ امتیاز دارد و تیم رده هشتم جدول که ذوب آهن باشد ۱۲ امتیاز دارد. یعنی تفاوت به اندازه فقط یک بازی است. الهامی در پایان گفت: پس جایگاه ما در جدول نمی‌تواند خیلی نگران کننده باشد. البته ما باید تلاش کنیم تا از این جایگاه جدا شویم چون ادامه حضور تیم صبا در این جایگاه می‌تواند خطرناک باشد.



مربی تیم فوتبال صبا می‌گفت: اینکه صبا بتواند در مرحله یک هشتم نهایی جام حذفی استقلال را شکست دهد اصلاً شگفتی نیست.

ساکت الهامی در خصوص دیدار پیش روی این تیم با استقلال در رقابت های جام حذفی که روز جمعه برگزار خواهد شد گفت: این بازی را می‌توان یکی از بازی های حساس مرحله یک هشتم نهایی جام حذفی دانست، چون تنها دو بازی در این مرحله انجام می‌شود که هر دو سوی آن تیم های لیگ برتری هستند که یکی از آن دو بازی همین است. وی در خصوص میزبانی استقلال گفت: به شخصه از این موضوع راضی هستم. چون این بازی اولین بازی استقلال بعد از درگذشت مرحوم پورحیدری است. حتما استقلای‌ها

دوشنبه –سیست وچهارم آبان ماه۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۱۴۷

دوشنبه –سیست وچهارم آبان ماه۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۱۴۷

گزارش

حمله سردار، نیمار و رفقا به رکورد شهریار

علی دایی با ۱۰۹ گل در پیراهن تیم ملی کشورمان در صدر گلزنان فوتبال ملی جهان است.



شهریار فوتبال ایران نزدیک به دو دهه است که با اختلاف زیاد نسبت به رقبای بهترین گلزن ملی جهان است. این رکورد جولانده علی دایی باعث شده که او در صدر توجهات رسانه‌ها و حتی فیفا در این زمینه باشد و به واسطه همین عنوان به مراسمات رسمی و مهم فیفا فرا خوانده شود. اما هر رکوردی در نهایت شکسته خواهد شد. همانطور که علی دایی سال‌ها قبل و در جوانی با رکورد زنی به این عنوان رسید در آینده هم جوانی دیگر رکورد او را خواهد زد، این واقعیتی تلخ است اما می‌توانیم امیدوار باشیم یک ایرانی دیگر رکورد او را بزند تا این رکورد برای ما باقی بماند. گلزنی نیمار در بازی چند روز گذشته مقابل آرژانتین او را ۵۰ گله کرد و با توجه به روند گلزنی هایش او را می‌توان جدی‌ترین رقیب دایی دلست. البته سردار آزمون ستاره ترکمن تیم ملی کشورمان نیز می‌تواند با حفظ شرایط موجود خودش را به دایی و رقبای برساند. در ادامه

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

*** غیبت گلف قم در مسابقات لیگ کشور**

این تصمیم با هدف ارتقاء سطح کیفی رقابت‌های لیگ گلف ایران گرفته شده تا تیم‌هایی که از توانایی مالی لازم برخوردارند در لیگ حضور یابند اما در حال حاضر هیأت گلف استان قم هیچ امکان تصمیم‌گیری برای حضور در این مسابقات ندارد زیرا این هیأت بعد از دوره سرپرستی اکنون بالاتکلیف است.

این در شرایطی است که در سال قبل تعداد هشت تیم در مسابقات لیگ برتر و تعداد ۹ تیم در رقابت‌های لیگ دسته اول گلف مردان باشگاه‌های کشور حضور داشتند و بازی‌های لیگ دسته اول گلف بانوان ایران نیز با حضور هفت تیم رسماً افتاداری و برگزار شد.

بر اساس آیین‌نامه جدید، تیم‌های حاضر در رقابت‌های لیگ برتر و دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند در این لیگ حضور یابد.

این در حالی است که با توجه به بازنگری و تجدید نظر در آیین‌نامه برگزاری مسابقات لیگ برتر در دسته اول گلف مردان و بانوان باشگاه‌های کشور باید مبلغ ورودی تعیین شده را به حساب درآمدی فدراسیون گلف پرداخت کنند و در تملی مراحل رفت و برگشت این مسابقات نیز باید تیم‌ها حضور داشته باشند.

فدراسیون، رئیس سازمان لیگ و دبیر سازمان لیگ این رشته برگزار خواهد شد.

خبر دیگر از فدراسیون گلف و گلف استان قم این است که به زودی جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی مسابقات فصل جدید لیگ گلف باشگاه‌های کشور برگزار می‌شود و در صورتی که تکلیف رئیس جدید هیأت گلف استان قم مشخص شود، قم نیز می‌تواند

دوشنبه — بیست و چهارم آبان‌ماه ۱۳۹۵ — سال نوزدهم — شماره ۴۱۴۷

دریچه

چلور پوستی درخشان و جوان داشته باشیم

مراقبت‌های پوستی در هنگام شب

هرروز، پوست ما در معرض خطرات بسیاری قرار می‌گیرد که در کیفیت و سلامت آن تاثیر گذارند. ازجمله این عوامل می‌توان به مواد شیمیایی، آلودگی، سموم‌واشعه UV اشاره کرد.درنتیجه،به مرور زمان ، پوست خشک،بی‌طراوت، آسیب‌دیده، پر از چین و چروک و لک‌های تیره‌خواهد‌شد.اما برای پیشگیری از بروز چنین مشکلاتی، باید پوست خود را تحت مراقبت‌های ویژه،به‌خصوص شب‌ها،قرار دهید تا به‌بازسازی آن کمک کنید.در این صورت صبح‌ها پوستی درخشان و جوان با جوش و آکنه کمتر خواهید‌داشت.

به گزارش سلامت نیوز، در این قسمت چند نکته که رعایت آن‌ها شب‌هنگام به شما در داشتن پوستی زیبا کمک می‌کنند، مطرح می‌کنیم:

آرایش خود را پاک کنید

باید هر شب قبل از رفتن به رختخواب آرایش خود را پاک کنید ؛ در غیر این صورت منافذ پوست از آلودگی پرشده و در نتیجه موجب بروز آکنه ، لکه های تیره و آسیب‌دیدگی پوست خواهد شد؛ پس پوست خود را تمیز و از یک کرم مرطوب کننده‌استفاده کنید.

از یک تونر استفاده کنید

بهرتر است از یک تونر برای تمیز کردن پوست استفاده کنید؛ زیرا این کار موجب حفظ تعادل در pH پوست می‌شود و با پاک‌تری‌ها و میکروارگانیسم‌ها مبارزه می‌کند. کرم دور چشم را فراموش نکنید!اولین نشانه های سالیخوردگی در اطراف چشم ها پدیدار می شوند بنابراین نباید مراقبت کافی از این ناحیه را فراموش کنید. از یک کرم دور چشم برای ابرسانی این ناحیه ، کاهش چین و چروک و این وزن بردن پف و تیرگی اطراف چشم بهره ببرید.

روبالشی‌ای برپیشمی انتخاب کنید

تنها دلیل عمده تسریع پیری پوست، خوابیدن روی صورت است. در این حالت پوست فشرده شده و گردش خون آن به اندازه کافی صورت نمی‌گیرد؛ بنابراین پوست صورت آسیب می‌بیند و چین می‌خورد و این سبب بروز چین و چروک ها می‌شود.خوابیدن به حالتی که سر به سمت پایین باشد، سبب جمع شدن آب در موضع و در نتیجه پف آلودگی صورت می‌شود.بهر است رو بالشی شما ابریشمی باشد؛ زیرا در تماس با پوست و مو نرم است. در ابریشم هجده آمینو اسید ضروری و تعدادی بی شماری پروتئین وجود دارد که به جوان‌سازی پوست و حفظ زیبایی آن کمک می‌ کند .

دستگاه بخور را روشن کنید

دستگاه بخور را شب‌هنگام روشن کنید تا هوای اطراف اتاق مرطوب و از خشکی پوست جلوگیری شود. علاوه بر این بخور، از پیشرفت بیماری‌هایی نظیر آگزما نیز پیشگیری‌می‌کند.

استفاده از کرم دست

کرم دست می تواند پوست دست‌ها را در طول شب مرطوب نگه دارد و در این صورت صبح پوست زیباتری خواهید‌داشت.به‌سادگی دست‌ها را با آب گرم و صابونی ملایم شست‌وشو دهید و بعد از خشک‌کردن آن‌ها از کرم مرطوب کننده استفاده کنید

موهای خود را در قسمت بالای سر جمع کنید

مطمئن شوید که در طول شب موهای شما بالای سر تان بسته شده‌باشد. مهم‌ترین فایده این کار درواقع جلوگیری از تماس پوست با آلودگی‌ها و چربی مو است.

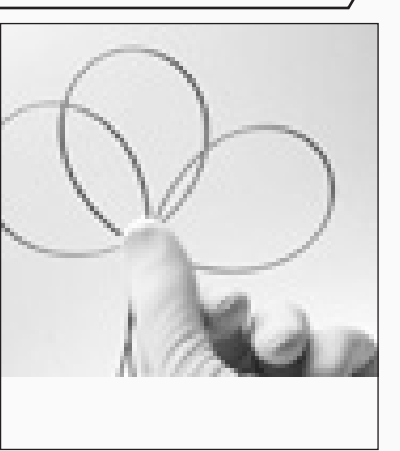
دندان‌ها را امسواک بزیند

حتی بچه ها هم از ضرورت رعایت این نکته آگاهی دارند. مسواک‌زدن دندان ها قبل از رفتن به خواب الزامی است. با این کار از بوی دهان هنگام بیدار شدن پیشگیری می‌شود.

خواب کافی داشته باشید

حتما به اندازه کافی استراحت کنید و اندازه کافی یعنی حداقل هفت تا هشت ساعت خواب پیوسته. در این صورت رشد سلول‌ ها تحریک می‌ شود و به بازسازی پوست کمک می‌ کند. تلفن همراه خود را بیرون از رختخواب قرار دهید. تلویزیون را خاموش و محیطی آرام برای خواب عمیق خود فراهم کنید. تحت چنین شرایطی تغییرات مثبت چشمگیری در پوست و موی خود مشاهده خواهید کرد.
*گزینه‌گیتاقیقهیی*تخصص پوست

علمی- فناوری



محققان دانشگاه صنعتی امیرکبیر موفق به تولید نخ بخیه دارورسان به روش الکترورپسی شدند که حلولی داروی ضدسرطان کوراکامین است.

الهه‌شریفی‌سامانی،دانشجوی کارشناسی ارشد رشته مهندسی‌نساجی گرایش تکنولوژی‌در دانشگاه‌امیرکبیر و مجری طرح «طراحی و ساخت نخ بخیه دارورسان» در گفتگو با خبرنگار مهر اظهار داشت: بیماران مبتلا به سرطان در درمان بالینی، داروهای ضد سرطان خوراکی یا تزریقی مصرف می‌کنند. اگر چه داروهای می‌توانند به محل سرطانی برسند، اما مقدار داروی رسیده‌نسبت به مقدار لویه‌دارو کاهش می‌یابد.

وی ادامه داد: زیرا دارو بین بخش‌های سالم نیز توزیع می‌شود؛ بنابراین بیماران به‌مصرف مقدار بیش از حدی از دارو نیاز دارند که ممکن است دچار عوارض جانبی شدیدناتمامولی‌شوند.

شریفی عنوان کرد: از این رو استفاده از حداقل مقدار دارو به طور موثر در بخش سرطانی جذب شود، مطلوب‌است.

وی بیان اینکه سامانه موضعی پخش نظارت شده دارو، مزایای متعددی در مقایسه با شکل‌داروهای مرسوم

دارد، افزود: بهبود اثر درمانی، کاهش میزان سمی بودن، کاهش میزان مصرف دارو و سهولت بیش‌تر از مزایای پخش نظارت شده دارو نسبت به درمان با مصرف دارو محسوب می‌شود.

وی با بیان اینکه اخیراً الیف الکترورپسی شده حلولی



دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا در سان‌دیگو با همکاری ابراهیم فراتی، محقق ایرانی، نخستین دستگاه میکروالکترونیک فاقد نیمه رسا را ساخته‌اند که با لیزر کنترل شده و از انرژی آزاد استفاده می‌کند.

این دستاورد می‌تواند به ساخت پنل‌های خورشیدی بهتر و دستگاه‌های میکروالکترونیک(ترانه) سریع‌تر منجر شود که حامل نیروی بیشتری هستند.

نیمه‌رساناهای مبتنی بر سیلیکون و مواد دیگر بسیار عالی بوده و به بشر در

آشنایی با ۱۲ ماده غذایی ضدپیری



رعایت یک رژیم غذایی سالم همانند یک از سر به مهر نیست بلکه توصیه‌ای همیشگی محسوب می‌شود که البته بسیاری از ما آن را نادیده می‌گیریم. مواد غذایی که روزانه و به‌طور مرتب مصرف می‌کنیم می‌توانند نقشی تاثیرگذار در افزایش طول عمر ما داشته باشنددر همین راستا، در ادامه این مطلب قصد داریم برخی از بهترین مواد غذایی ضد پیری که می‌توانند چندین سال به طول عمر شما اضافه کنند را معرفی کنیم.انسان دیر زمانی‌است که در تلاش برای یافتن اکسیر جوانی واز زندگی طولانی مدت گزینۀ اضافه مخطلی است. یکی از موارد تاثیرگذار در مبارزه با نشانه‌های افزایش سن و کسب طول عمر هر چه بیشتر رژیم غذایی افراد است.

هویج

انواع مختلف هویج از مواد غذایی سالم اصلی محسوب می‌شوند و جای شگفتی ندارد که برای انسان مفید هستند. اما آیا می‌دانستید مصرف هویج نه تنها می‌تواند به طول عمرتان اضافه‌کند؛ بلکه در حفظ ظاهری جذاب‌تر نیز به‌شما کمک می‌کند؟ نتایج مطالعه پژوهشگران دانشگاه گلاسکو نشان داده‌است که کاروتنوئیدهای موجود در هویج که رنگ نارنجی روشن را به آن می‌بخشد می‌توانند روند پیری را کند کرده و فرد را برای جفت‌های بافوقه خود جذاب‌تر سازد.

ساردین

نتایج مطالعه آکادمی تغذیه و رژیم‌های غذایی آمریکا نشان داده‌است که اسیدهای چرب امگا-۳ فواید چشمگیری در زمینه طول عمر دارند و به کاهش خطر ابتلا به بیماری قلبی و دیابت کمک می‌کنند. در شرایطی که می‌توانید این ترکیبات جادویی را در انواع مختلف ماهی‌های چرب پیدا کنید، یکی از بهترین منابع آن که البته کمتر شناخته شده است، ماهی ساردین محسوب می‌شود. تنها یک وعده از این ماهی‌های کوچک می‌تواند نصف نیاز روزانه شما به اسیدهای چرب امگا-۳ و ۴۰ درصد از نیاز روزانه ویتامین B۱۲، یکی دیگر از مواد مغذی موثر در طول عمر بیشتر، را تأمین کند. از آنجایی که ساردین‌ها کوچک هستند در پایین زنجیره غذایی قرار گرفته‌و از این رو احتمال آلودگی آنها با سموم مختلف نسبت به ماهی‌های بزرگ‌تر مانند ماهی تن یا سالمون کمتر است.

حزون

حزون در برخی از کشورهای جهان مانند فرانسه از جمله غذاهای محبوب و پر طرفدار محسوب می‌شود. حزون منبع خوبی برای آهن است. آهن موجود در حزون می‌تواند به پیشگیری از کم خونی و افزایش طول عمر انسان کمک کند.

نارگیل

نتایج یک مطالعه انجام شده توسط پژوهشگران دانشگاه کپنهاگ دنمارک نشان داده‌است، مصرف یک رژیم غذایی سرشار از چربی‌های سالم از جمله اسیدهای چرب زنجیره متوسط که در نارگیل یافت می‌شوند، روند پیری مغز را در نتیجه محافظت از آسیب دیدن DNA کند می‌سازد. در

شرایطی که این مطالعه روی موش‌ها صورت گرفته است، اما پژوهشگران اعلام کرده‌اند که نارگیل می‌تواند نتایجی مشابه را برای انسان به همراه داشته باشد و به جوان نگه داشتن مغز کمک کند.

کلم ترش

کلم رنده شده و آب پز شده با سرکه و دیگر غذاهای سرشار از باکتری‌های خوب مانند ماست، کفیر و کیمچی (نوعی خوراک تخمیر شده کره ای) می‌توانند به افزایش طول عمر انسان کمک کنند. عامل کلیدی در این زمینه انواع مختلف پروبیوتیک موجود در غذاهای تخمیر شده محسوب می‌شود. باکتری‌های خوب التهاب را کاهش می‌دهند، سیستم ایمنی بدن انسان را تقویت می‌کنند، و به سوخت و ساز بهتر کمک می‌کنند که این شرایط می‌تواند به افزایش طول عمر انسان منتج شود.

سیب زمینی شیرین

به گفته پژوهشگران دانشگاه ایالتی کانزاس، سیب زمینی‌های شیرین با توجه به ویژگی‌های افزایش طول عمر خود می‌توانند نقشی ویژه در رژیم غذایی انسان داشته باشند. سیب زمینی‌های شیرین که در انواع و رنگ‌های مختلف در دسترس هستند حاوی سطوح بالای آنتوسیانین هستند. آنتوسیانین ترکیبی است که می‌تواند خطر ابتلا به سرطان را کاهش داده و طول عمر انسان را افزایش دهد.

شکلات

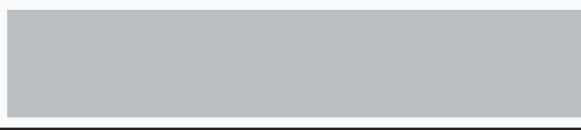
شکلات از خوراکی‌های محبوب و دوست داشتنی در سراسر جهان است و دانشمندان دریافت‌اند مصرف انواع خوب آن، به ویژه شکلات تلخ، می‌تواند به افزایش طول عمر انسان کمک کند. شکلات منبع خوبی برای رسوراترول، ترکیبی قدرتمند که می‌تواند نشانه‌های پیری سلولی را معکوس سازد، محسوب می‌شود. برای دریافت فواید ضد پیری کامل خوردن شکلات تلخ توصیه می‌شود.

انار

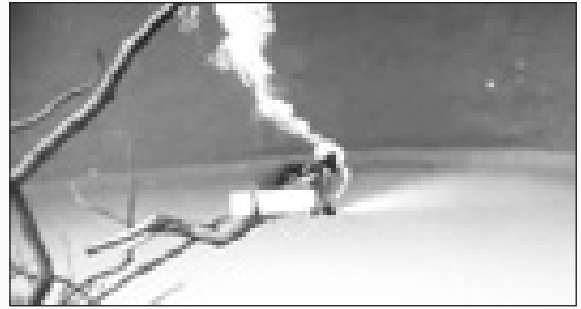
انار دارای قدرت‌های فوق العاده ای است. بنابر نتایج مطالعه پژوهشگران فرانسوی، این میوه می‌تواند در افزایش طول عمر انسان نیز نقش داشته باشد. به گفته دانشمندان، مولکول Urolithin A که در میوه انار یافت می‌شود توسط میکروب‌های موجود در روده تغییر شکل یافته و سلول‌های عضلانی را قادر می‌سازد در برابر یکی از دلایل اصلی پیری از خود محافظت کنند. بدون تردید، مصرف انار یکی از خوشبختانه‌ترین روش‌های موجود برای افزایش طول عمر به نظر می‌رسد.

محدودیت کالری در یافتی

به تازگی مطالعه‌ای در نشریه نیچر به چاپ رسيد که بهترين گزینه برای افزایش طول عمر را محدود کردن مصرف مواد غذایی عنوان کرده بود. طی این مطالعه پژوهشگران دریافتند مردم، حیوانات و حتی کرم‌هایی که یک رژیم غذایی محدوده شده از نظر دریافت کالری را مصرف می‌کنند حدود ۴۰ درصد بیشتر از هماننان پرخور خود عمر می‌کنند. البته حالت نیمه گرسنه دائمی می‌تواند سال‌های اضافی عمر انسان را ناخوشایند سازد و از این رو مطالعات جدیدتر بر مفهوم «روزه داری متناوب» یا عدم مصرف مواد غذایی برای دوره‌هایی از ۱۲ ساعت تا ۲۶ ساعت متمرکز بوده‌اند. از این طریق می‌توانید از فواید محدودیت کالری در یافتی بدون تجربه گرسنگی آزاردهنده بهره‌مند شوید. یک رژیم غذایی کم کالری نقشی کلیدی در حفظ سلامت و طول عمر بیشتر انسان دارد.



کشف یک رودخانه زیر زمینی در مکزیک



در اطراف مکزیک جایی میان دریای کارائیب و خلیج مکزیک رودخانه‌ای زیرزمینی وجود دارد که می‌توان آن را یکی از عجیب‌ترین و ناشناخته‌ترین نقاط زمین به‌شمار آورد. در دل جنگل حاره‌ای و مملو از گیاهان و درختان این منطقه از جهان گودال‌های آبی مخوفی وجود دارد که حالا محققان متوجه وجود رودخانه‌ای در زیر یکی از آنها شده‌انداین گودال آبی عمیق Cenote Angelita نام دارد که در اعماق آن رودخانه‌ای در جریان آن است که محققان تخمین می‌زنند حدود ۳۰ متر زیر سطح زمین در جریان باشداین رودخانه، جایی که آب شور به جریان می‌آید شیرین می‌رسد پوشیده از آب ضخیمی متشکل از سولفید هیدروژن است. در صورتیکه این گاز استنشاقی‌شود نتیجه‌ای جز مرگ به همراه نخواهد داشت در ظاهر به نظر می‌رسد که جنگل قرار گرفته در بالای این رودخانه یکی از زیباترین و دست‌نخورده‌ترین مناطق جهان باشد اما با نفوذ در عمق این گودال و رسیدن به این رودخانه متوجه می‌شویم که با یکی از مخوف‌ترین و ناشناخته‌ترین مناطق زمین روبه‌رو هستیم.ابر گازی که بر فراز این رودخانه ریززمینی قرار گرفته بیش از سه متر ضخامت دارد و همین مسئله نفوذ به آنرا برای محققان دشوار کرده‌است مایع‌ها عقیده داشتند که این گودال‌ها دروازه ورود به دنیای زیر زمینی است اکنون محققان تلاش می‌کنند تا با نفوذ به این گودال از راز شکل‌گیری رودخانه زیرزمینی آن برده‌بردارند.

با این بلندگوی همه کاره منشی دار می‌شوید!

بعد از عرضه گوشی هوشمند گوگل پیکسل، این شرکت بلندگوی هوشمند گوگل هوم را هم روانه بازار کرده تا با ترکیب این دو محصول بتواند طیف گسترده‌ای از خدمات را به کاربران ارائه کند. این بلندگوی می‌تواند به عنوان منشی شخصی، رادیو، متصدی کتابخانه و غیره عمل کند و رقبایی جدی برای محصول مشابه آمازون یعنی بلندگوی اکو محسوب می‌شود. شرکت آمازون با همکاری شرکت های ثالث از طریق این بلندگو خدمات دیگری مانند پخش اخبار، سفارش و خرید پیتزا و غیره هم انجام می‌دهد، اما قرار است بلندگوی گوگل هوم کارهای گسترده تری داشته باشد، زیرا از طریق آن استفاده از خدمات جیمیل، برنامه نقشه گوگل و دیگر خدمات گوگل هم ممکن خواهد بود.به عنوان مثال اگر از این بلندگو در مورد روز و تاریخ سوال کنید، علاوه بر اطلاعاتی در مورد ساعت و آب و هوا حتی می‌توانید برخی اخبار مهم و فهرست قرار ملاقات های ثبت شده در تقویمتان را هم بشنوید. تبدیل واحدهای مختلف به هم مانند دلار به یورو و مایل به کیلومتر هم از دیگر توانایی های گوگل هوم است.قیمت این بلندگو ۱۳۰ دلار است و لذا حدود ۵۰ دلار ارزان تر از آمازون اکو است. هر چند آمازون اکو بات را به قیمت ۵۰ دلار عرضه کرده تا کاربران کم درآمد را هم جلب خود کند.همه اکو و هم گوگل هوم با گوشی های اندرویدی و آی فون و خدمات جستجوی صوتی آنها سازگاری دارند و می‌توان اطلاعات آنها را از طریق گوشی هم دریافت کرد. از این بلندگوهای می‌توان به عنوان ساعت‌نگذار باوقت‌نگذار هم استفاده کرد.همچنین از این بلندگوهای هوشمند می‌توان برای کنترل و خاموش و روشن کردن لامپ‌ها، ترموستات و دیگر لوازم خانگی متصل به اینترنت هم بهره‌برد.



علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

بخور و نخورها در آنفولانزا

در هنگام بروز آنفلوآنزا بدن شما به کالری بیشتری نیاز دارد چون هر چه درجه حرارت بدن بالاتر می‌رود، سوخت و ساز بدن نیز افزایش می‌یابد.داشتن برنامه غذایی نامناسب طول دوره این بیماری و استعداد ابتلا به آن را تشدید می‌کند،بهترین راه برای جلوگیری از این روند، ترکیب یک رژیم غذایی مناسب و رعایت بهداشت است.

بایدهای تغذیه‌ای در آنفلوآنزا

سوپ و غذاهای آبدکی دیگر به خصوص زمانی که با مرغ طبخ می‌شود، به مرطوب نگه داشتن بینی، جلوگیری از کم آبی بدن و مبارزه با التهاب گلو کمک می‌کند. جای داغ نیز درد در گلو را تسکین داه و از گرفتگی بینی جلوگیری می‌کند؛البته نه آن قدر داغ که به بافت مری آسیب زند. میوه‌های خانواده مرکبات حاوی ویتامین C هستند و اگرچه از آنفلوآنزا جلوگیری نمی‌کنند، اما می‌توانند طول دوره آن را کاهش دهند. همچنین ویتامین C تقویت کننده سیستم ایمنی بدن است.

غذاهای تند ضد احتقان هستند. خوردن فلفل تند و یا ترپ کوهی به تسکین علائم بیماری کمک می‌کند.

موز سرشار از پتاسیم است و از عرق کردن، تهوع، استفراغ، و یا اسهال جلوگیری می‌کند.

زنجبیل نیز از تهوع جلوگیری می‌کندو تسکین دهنده‌سایر بیماری‌های معده‌است. فراورده‌های لبنی، با وجود آنچه شما ممکن است شنیده باشید شیر، ماست و ماستد آن می‌تواند در برخی از افراد مخاط گلو را ضخیم‌تر و غیر قابل تحمل نماید؛ اما اگر شما می‌توانید لبنیات را تحمل کنید آن را مصرف کنید چرا که لبنیات منبع خوبی از پروتئین و ویتامین D است که می‌تواند در مبارزه با عفونت‌ها به بدن شما کمک کند به علاوه، ماست پروبیوتیک می‌تواند به تعادل باکتری‌های روده شما کمک کند.

نیابندهای تغذیه‌ای در آنفلوآنزا

غذاهای چرب و سرخ کردنی‌ها

غذاهای اسیدی: در واقع منظور غذاهایی است که محیط بدن را اسیدی می‌کند. شیرینی‌ها و کربوهیدرات‌های تصفیه شده: کربوهیدرات‌های تصفیه شده مانند کراکِر و نان‌های سفید و... به سرعت به قند شکسته می‌شوند و مانند شیرینی‌ها و آمیزموهای صنعتی، شکرشان باعث التهاب می‌شود و در واقع می‌تواند بدن شما را در مبارزه با عفونت تضعیف کند.

نکات پهداشتی برای پیشگیری

ویروس آنفلوآنزا در هوا معلق است، بنابراین اگر در خیابان از کنار کسی که آنفلوآنزا دارد، می‌گذرید یا لباس کسی که سرماخورده را لمس می‌کنید، آنفلوآنزا نمی‌گیرید؛ اما اگر فرد بیمار روی دست دیگری سرفه یا عطسه کند، ابتلا به بیماری حتمی خواهد بود.

مهم‌ترین اصول برای اجتناب از ابتلا به آنفلوآنزا عبارتند از: چندین بار شست و شوی دست‌ها در روز، به خصوص پس از بازگشت از کار، بعد از سوار شدن به وسایل نقلیه عمومی و همچنین خرید،بسیار ضروری است.در صورتی که آب و صابون در اختیار ندرید، از ژل‌های شست و شوی دست استفاده کنید؛اگر کسی سرفه می‌کند، باید دستمال جلوی دهانش بگیرد و پس از استفاده آن را در سطل زباله بیندازد؛تهویه‌هر روز هوای اتاق‌ها نیز توصیه می‌شود.

اگر خودتان مبتلا به آنفلوآنزا هستید، از ماسک استفاده کنید تا دیگران به این بیماری دچار نشوند. مدل ماسک‌های جراحی که سبک ترند و در داروخانه‌ها یافت می‌شوند،موثرتر از ماسک‌هایی است که به‌نوک ارکد شباهت دارد.

مکمل‌هایی برای پیشگیری

پیشگیری از ورود میکروب‌ها به بدن با اقدامات بهداشتی ضروری است. اما تقویت دستگاه ایمنی بدن نیز نکته‌ای است که نباید از آن غفلت کرد. ریزمغذی‌ها، استفاده از ریزمغذی‌هایی مانند مس وروی در روزهای ابتدایی زمستان به پیشگیری از بروز عفونت‌ها کمک می‌کند.

رژیم غذایی رژیم غذایی مناسب مانع از بروز بیماری‌های متعددی از جمله آنفلوآنزا می‌شود. برای نمونه، مصرف یک واحد لبنیات همراه یک میوه تازه در وعده صبحانه، مس مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند. وعده ناهار نیز بهتر است شامل کمی گوشت یا ماهی همراه با سبزی و میوه باشد؛ برای شب نیز مصرف نشاسته همراه سبزیجات توصیه می‌شود. این رژیم غذایی مانع از افت انرژی در طول روز و اطمینان از مبارزه بدن با ویروس‌ها خواهد شد.

غذاهایی که نباید همراه با دارو خورده شوند

خوردن برخی مواد غذایی همزمان با دارو، بر عملکرد دارو در بدن تاثیر منفی می‌گذارد، یا از اثر آن می‌کاهد و یا باعث می‌شود دارو تاثیر خود را از دست بدهد. به گزارش سلامت نیوز به نقل از پایگاه خبری شبکه العالم، مواد غذایی که در این نوشتار به آن‌ها اشاره می‌شود، از جمله موادی هستند که خوردن آن‌ها به همراه دارو توصیه نمی‌شود.

۱- گریپ فروت

با وجود این که میوه گریپ فروت دارای ویتامین "B۲" و فیبر و پتاسیم است، نوشیدن یک لیوان آب گریپ فروت ممکن است تا داخل این مواد به آنزیم‌های مهم معده منجر شده و در نتیجه موجب افزایش غلظت دارو در خون شود. ازاین رو، توصیه می‌شود که در صورت مصرف دارو، از نوشیدن آب گریپ فروت خودداری شود و به جای آن با آب پرتقال که دارای مزایای مشابه به گریپ فروت است، استفاده شود.

۲- موز

برخی افراد در مصرف موز به علت دارا بودن پتاسیم زیاده‌روی می‌کنند تا از خطرات سرطان و سکته مغزی و بیماری‌های قلبی بکاهد؛ اما مصرف زیاد مواد غذایی سرشار از پتاسیم، ممکن است برای افرادی که از قرض‌های آرام‌بخش استفاده می‌کنند، مشکل ساز باشد. به ویژه برای کسانی که دارو‌ها را با هدف کاهش فشار خون مصرف می‌کنند. این مسئله باعث افزایش میزان پتاسیم در بدن و در نتیجه افزایش تنش قلب در این افراد می‌شود.

موز همچنین دارای تیامین است که یکی از اسیدهای آمینه است که ممکن است مصرف آن با برخی از داروها موجب افسردگی شود و آسیب‌هایی به فرد مصرف کننده دارو وارد کند.

۳- استناج

به افرادی که داروهای رقیق کننده خون و ضد انعقاد خون مانند وارفارین و کومادین مصرف می‌کنند، توصیه می‌شود که مصرف سبزیجات سبز رنگ به ویژه سبزیجات حاوی پتاسیم زیاد را کاهش دهند زیرا این کار مانع از تاثیر مطلوب داروهای ضد انعقاد خون می‌شود.

مقابل تلویز یون غذا نخورید

نشستن روی کاناپه‌ای نرم و راحت، بشقاب غذای به دست گرفتن و تماشای تلویزیون برای اغلب افراد اتفاق دلپذیر است؛ اما همین لحظات خوشایند چه تأثیری بر سلامتی ما دارد؟ یا آنگاه خوردن مقابل تلویزیون می‌تواند به جسم ما آسیب برساند؟



بدون تردید غذا خوردن یکی از مهم‌ترین بخش‌های زندگی هر خانواده‌ای است که می‌تواند جسم و روح افراد به ویژه کودکان را تحت تأثیر قرار دهد. بنا بر آخرین تحقیقات انجام شده، خانواده‌هایی که عادت به مصرف غذا مقابل تلویزیون دارند نه تنها لذت کم‌تری تمیضشان می‌شود بلکه اغلب غذای ناسالمی هم مصرف می‌کنند، در واقع، توجه این افراد بیش از آنکه به کیفیت غذا و هم صحتی یا غیزانرژی‌اش صفحه تلویزیون است.

این اتفاق، علاوه بر آنکه موجب بر خوری و اضافه وزن می‌شود ارتباط خانوادگی را هم کاهش می‌دهد. خانواده‌هایی که به هنگام صرف غذا تلویزیون را خاموش می‌کنند به کیفیت غذا توجه بیشتری دارند و همین موضوع احتمال مصرف خوراکی‌های ناسالم از جانب آنها کاهش می‌دهد. به اضافه، خانواده‌هایی از این دست پیوندی محکم‌تر با یکدیگر دارند زیرا غذا خوردن برای آنها فرصتی که در جریان اتفاقات روز یکدیگر قرار بگیرند صحبت کنند.

بنابراین اگر میز غذایتان مقابل تلویزیون است آن را جابجا کنیدو تلاش کنید هنگام غذا از کاناپه راحت جلوی تلویزیون جدا شوید. شاید ابتدا کمی سخت باشد اما در عوض زندگی سالم‌تر و خانواده‌ای گرم‌تر را به خودتان هدیه می‌دهید.

نمایندگان مجلس اعتقاد دارند باید به حوزه خدمات رسانی برای زائران اربعین حسینی در مرزها «نگاه ملی» داشت و در این میان باید زیرساخت‌هایی مانند جاده، مراکز اقامتی، مراکز بهداشتی و غیره توسعه‌یابد.

شور و حال حسینی همه ساله با اجتماع بزرگ عزاداران حضرت ابعبدالله (ع) در ایام اربعین به اوج خود می‌رسد و می‌توان دسته‌های عزاداری شیعیان همه کشور‌های دنیا را در این همایش بزرگ دینی مشاهده کرد.

خوشبختانه ایران نیز سه‌پیم‌بزرگای در برگزاری مراسم ایام‌اربعین حسینی(ع)دارد زیرا مرزهای ایران اسلامی میزبان چندین میلیون نفر از عاشقان حضرت اباعبدالله (ع) از کشورهای مختلفی است که برای رسیدن به کشور عراق از پایانه‌های مرزی مهران، چذابه و شلمچه‌عبورمی‌کنند.

علاوه بر زائران کشورهای خارجی، در سال‌های گذشته میزان مشتاقان ایرانی که علاقه مند حضور در مراسم پیاده روی اربعین بودند نیز افزایش یافته و در سال جاری این رقم بر اساس سامانه «سماج» به بیش از ۵۰۰ هزار نفر رسیده است؛ این مهم نشان دهنده نیاز به ایجاد ظرفیت در مرزهای منتهی به کشور عراق و تأمین زیرساخت‌ها به منظور ارائه خدمت و ایجاد رفاه برای زائران داخلی و خارجی است.

در سال‌های گذشته کلمت‌های فراوانی وجود داشته که با تجربیات بدست آمده و تلاش‌های صورت گرفته بخشی از آنها رفع شده و هم‌اکنون پایانه‌های مرزی ایران اسلامی با تئوان و ظرفیت بالایی پذیرای مشتاقان زیارت حضرت اباعبدالله (ع) است؛ در این میان نمایندگان مجلس شورای اسلامی در گفت‌وگو با خبرنگار خله ملت ضرورت نگاه ملی به حوزه خدمات‌رسانی برای زائران اربعین حسینی را ضروری دانستند و بر توسعه زیرساخت‌هایی مانند ساخت جاده، ایجاد مراکز اقامتی، احداث مراکز بهداشتی و غیره تأکید کردند.

تأمین آب شرب، مشکل کنونی در مرز چذابه
نماینده دشت آزادگان و هویزه در مجلس با اشاره به اینکه تأمین آب شرب از جمله مشکلات کنونی در مرز چذابه تلقی می‌شود، گفت: ایجاد و گسترش فعالیت مراکز صدور روایید معتبر و ویزا نزدیک مرزهای ضروری است.

قلم ساعدی با اشاره به امکانات فراهم شده در مرز چذابه برای استقبال از زائران اربعین حسینی، گفت: از تمام ظرفیت‌های استانی و شهرستانی برای تهیه و خدمت رسانی به زائران بهره گرفته شده و خوشبختانه نسبت به سال گذشته امکانات بهتری فراهم شده‌است.

نماینده دشت آزادگان و هویزه در مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه خوشبختانه مردم استان خوزستان با تمام وجود آماده استقبال از زائران اربعین حسینی هستند، اظهار کرد: در مسیرهای منتهی به مرز چذابه موکب‌های متعددی در حال فعالیت و خدمت رسانی به زائران هستند که نشان هنده اهمیت و جایگاه مهمان

«شعور ملی»، پیوست «شور حسینی» در راهپیمایی اربعین



زائران اربعین در کربلا

نوازی در بین مردم خوزستان است. وی ضمن تأکید بر اینکه تأمین آب شرب از جمله مشکلات کنونی در مرز چذابه تلقی می‌شود، تصریح کرد: تأمین آب شرب به عنوان یک نیاز اولیه در گذشته نیز مطرح شده بود ولی لوله کشی این مهم به دلیل عدم تخصیص اعتبار لازم محقق نشد و هم اکنون آب شرب به وسیله مخازن تعبیه شده تأمین می‌شود.

ساعدی با اشاره به اینکه نباید تلاش‌های صورت گرفته را نادیده گرفت و صرفا به بیان مشکلات پرداخت، ادامه داد: با توجه به فعالیت‌های صورت گرفته ۵۰ هکتار پارکینگ برای زائران اربعین حسینی در نظر گرفته شده تا با آسودگی در این منطقه وسایل نقلیه دود قرار دهند.

وی با بیان اینکه تاکنون بیش از ۱۵ هزار خودرو در مرز چذابه وجود دارد، افزود: مسائلی همچون امور بهداشتی، ساماندهی وضعیت جاده‌ها، اسکان موقت و غیره مورد توجه قرار گرفته و مشکلی در این خصوص وجود ندارد.

این نماینده مردم در مجلس دهم با اشاره به اینکه زیرساخت جاده‌ای در دو مسیر مجزا رفت و برگشت در مرز چذابه فراهم شده و این امر باعث سهولت دسترسی زائران شده است، خاطرنشان کرد: باید ادعان کرد ایجاد و گسترش فعالیت مراکز صدور روایید معتبر و ویزا نزدیک مرزهای ضروری است زیرا این امر می‌تواند رفاه بیشتری را فراهم کند و زائران در صورت بروز مشکل، به راحتی اقدام به رفق نقض در این مراکز کنند.

زیرساخت‌های خدمات‌رسانی به زائران اربعین در شلمچه آماده شده‌است

نماینده مردم خرمشهر در مجلس با تأکید بر اینکه باید نگاه ملی به حوزه خدمات‌رسانی برای زائران اربعین حسینی وجود داشته باشد، گفت: زیرساخت‌های لازم برای این کار با اعتبارات شهرستان

نمایندگان در آستانه اربعین حسینی(ع) مطرح کردند:



زائران اربعین در کربلا

خرمشر آماده شده است. عبدالله‌سامری در گفت‌وگو با خانه ملت با اشاره به اهمیت فراهم کردن شرایط میزبانی از زائران اربعین حسینی در مرز شلمچه، گفت: در سال جاری زائران امام حسین (ع) در ایام اربعین فقط امکان تردد از سه مرز مهران، شلمچه و چزابه دارند که در این میان مرز شلمچه از جایگاه خاصی برخوردار است.

نماینده مردم خرمشهر و مینوشهر در مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه باید به حوزه خدمات‌رسانی به زائران اربعین حسینی در خرمشهر و مرز شلمچه نگاه ملی داشت ولی متأسفانه امکانات و تجهیزات فراهم شده در مرز شلمچه از اعتبارات ارگان‌های مختلف در شهرستان تأمین شده‌است، اظهار کرد: به عنوان مثال پارکینگ ۵۰ هکتاری در نظر گرفته شده برای زائران در مرز شلمچه از اعتبارات شهرستان خرمشهر تأمین شده‌است.

وی با اشاره به اینکه مردم استان خوزستان در اقدامی کم‌لا جهادی، از ابتدای شهرستان خرمشهر تا مرز شلمچه موکب‌های مختلفی برپا کرده اند تا زائران امام حسین (ع) در ایام اربعین در رفاه باشند، ادامه داد: خوشبختانه بر گزترین پایانه مرزی به نام عتبات عالیات در مرز شلمچه برای تردد مسافران به بهره برداری رسیده است و در هر یک روز کاری، چندین هزار نفر می‌توانند بدون معطلی و به راحتی از مرز عبور کنند.

این نماینده مجلس ضمن بیان اینکه زیرساخت‌های فراهم شده در مرز شلمچه دارای نقاط ضعف و قوت است، تصریح کرد: در مرز شلمچه زیرساخت‌های دورن و برون شهری متعددی برای جابجایی مسافران درنظر گرفته شده که از جمله اقدامات مثبت انجام شده است.

نماینده مردم خرمشهر و مینوشهر در مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه زائران بسیاری از سایر کشورها برای رسیدن به

چگونه اربعینی شویم؟

با حضور دستگاه‌های فرهنگی دو کشور تلاش می‌کنیم این مفاهیم را نه‌اندین کنیم ، چرا که رعایت مقررات و قوانین نشانه رشد فرهنگی و تمدن یک ملت و جامعه‌است.

وی تأکیدکرد که رعایت قوانین و شرایط عراق از نظر شرعی نیز باید مورد توجه قرار گیرد و احتیاط شرعی در این خصوص الزام است.

سیاس‌گذاری عملی

دومین محوری که از متن فرمایشات رهبر معظم انقلاب مورد تأکید رابزن فرهنگی ایران در عراق است، آنجاست که مقام معظم رهبری فرمودند، باید سیاست‌زار دولت، ملت و مشایر عراق باشیم.

ایبازی ، با اشاره به عمق این فراز از بیانات رهبری ، تأکید کرد که باید این موضوع را در فرهنگ تبدیل کنیم، تاوج عظمت فرهنگ ملت ایران را به نمایش گذاشته باشیم. وی ، با طرح این سوال که چگونه می‌توانیم از میزبان خود تشکر کنیم؟، افزود: قدردانی و تشکر از میزبانی شایسته عراق ها، باید هم در کلام و هم درعمل تجلی یابد ؛ تشکر از احسانباز منازی که ازا می‌پذیرایی می‌کنند و کمک‌هایی که خدمت رسانی می‌کنند یا حتی اگر شده با هدایایی هر چند کوچک نشان دهیم که قدردان زحمات آنان هستیم. همچنین نوع دیگری از تشکر و تقدیر از میزبان

عراقی را حجت الاسلام ایبازی مطرح کرد و آن هم‌کاری با نیروهای نظامی و انتظامی است که بعضا ممکن است سختگیری هم بکنند ، حال آنکه آنها شبانه روز در تلاش هستند تا امنیت زیارت اربعین را تأمین‌کنند.

بردباری در صف و کنترل احساسات و خشم در مواقع دشواری، به ویژه در تعامل با خادمان عتبات و نیز تشکر از رانندگان ، از دیگر راه‌های قدردانی از میزبان عراقی‌است.

عظمت اربعین ولحظاتی که در آن سیر می‌کنیم رابزن فرهنگی ایران در عراق، سومین محور از بیانات رهبری معظم انقلاب در خصوص اربعین حسینی را که به گفته وی باید به آن توجه ویژه کرد، آن فراز از سخنان ایشان است که می‌فرمایند: در شرایط زائران اربعین غبطه‌می‌خورند و آرزوی می‌کنند که ای کاش در جمع زائران حضور داشتند.

ایبازی گفت: این بخش از بیانات رهبر معظم انقلاب ، بار معنوی و فرهنگی بسیار بالایی دارد و این نکته را گوشزد می‌کند که لحظه لحظه حضور خود را در اربعین حسینی و در مسیر پیاده روی و زیارت، در کنیم و قدر آن را بدانیم.

وی با اشاره به فضای حاکم بر ایام اربعین در عراق و وجود جو همدلی و وحدت و مهربانی و دوری از خطاها و بداخلاقی‌های روزانه، گفت: باید از تأثیه ثانیه این فرصت‌استثنایی بهره‌برداری کنیم و فضای معنوی آن را به خانه و جامعه منتقل کنیم.



کردم. براساس این گزارش با اعترافات صریح مجتبی در خصوص مشارکت فردین در ارتکاب تملعی سرت، ما متخفیکاهش در تهران شناسایی، وی دستگیر و در نهایت تملعی اعترافات مجتبی را تأیید کرد.

سرهنگ کاراگاه حسین زارع رئیس پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ، با بیان اینکه متهمان پس از سرت‌محموله‌های روغن‌های صنعتی خودروهای یدک کش را در بیابان‌های بوئین زهرا رها کرده و متواری می‌شدند، گفت: در این راستا چندین دستگاه ترابز مسروقه‌ها شده در شهرستان بوئین زهرا شناسایی و در ادامه نیز سایر رانندگان این خودروهای سنگین که دقیقاً به همین شیوه و شگرد و توسط متهمان مورد سرت‌محموله قرار گرفته بودند، شناسایی و برای پیگیری شکایات خود به پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ مراجعه کردند. وی افزود: در ادامه رسیدگی به پرونده و برای شناسایی دیگر جرایم ارتکابی متهمان، دستور انتشار بدون پوشش تصاویر آنها از سوی مقام قضایی صادر شد و براین اساس از کلیه شکات و مالباختگان بویژه رانندگان خودروهای سنگین که بدین شیوه و شگرد مورد سرت‌محموله و سرت‌محموله سنگین که شناسایی شده‌اند، دعوت می‌شود تا برای طرح و پیگیری شکایات خود به نشانی پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ در شهری: خیابان آستانه رانندگان

سرهنگ کاراگاه حسین زارع ، رئیس پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ ، در خصوص این پرونده گفت: در ادامه تحقیقات از دو متهم پرونده، کاراگاهان پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ اظهار کردند که متهمان پس از سرت‌محموله‌های روغن‌های صنعتی، خودروهای یدک کش را به شهرستان بوئین زهرا منتقل و در بیابان‌های این شهرستان رها کرده و خود نیز از محل متواری می‌شدند که با پیگیری این موضوع، چندین دستگاه ترابز مسروقه رها شده در شهرستان بوئین زهرا شناسایی و در ادامه نیز سایر رانندگان این خودروهای سنگین که دقیقاً به همین شیوه و شگرد و توسط متهمان مورد سرت‌محموله قرار گرفته بودند، شناسایی و برای پیگیری شکایات خود به پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ منتقل شدند. رئیس پایگاه نهم پلیس آگاهی تهران بزرگ، گفت: در ادامه رسیدگی به پرونده و برای شناسایی دیگر جرایم ارتکابی متهمان، دستور انتشار بدون پوشش تصاویر متهمان پرونده از سوی مقام قضایی صادر شده است و از شکات و مالباختگان که بدین شیوه و شگرد مورد سرت‌محموله و یا سرت‌محموله روغن‌های صنعتی قرار گرفته و متوقف به شناسایی تصاویر متهمین شدند دعوت می‌شود تا جهت پیگیری شکایات خود به نشانی پایگاه نهم آگاهی تهران بزرگ در شهری: خیابان آستانه مراجعه کنند.

اخبار

مدیرکل نظارت و هماهنگی خدمات شهری شهرداری قم مطرح کرد

خدمات رسانی شهرداری قم در مسیر پیاده‌روی زائرین کربلا

مدیرکل نظارت و هماهنگی خدمات شهری شهرداری قم از حضور ۱۰۰ نیروی خدمات شهری برای نظافت مسیر پیاده‌روی زائرین کربلای حسینی خبر داد. سیدمحسن میرهادی با اشاره به تشکیل ستاد اربعین شهرداری برای خدمات رسانی به زائرین پیاده اربعین حسینی اظهار کرد: این ستاد در شهرداری از ماه قبل کار خود را آغاز کرده و در کمیته‌های مختلف برنامه ریزی برای خدمات رسانی به زائرین اربعین حسینی را بر عهده دارد. وی با بیان اینکه ستاد اربعین شهرداری قم در مسیر نجف به کربلا خدمات مرتبط با نظافت، پاکیزگی و جمع‌آوری پسماند را در عهده دارد خاطرنشان کرد: محدوده فعالیت خادمنین زائرین اربعین در شهرداری در مسیر طریق الحسین بین عمود ۱۰۸۰ تا ۱۱۸۰ مستقر خواهند بود. مدیرکل نظارت و هماهنگی خدمات شهری شهرداری قم حضور ۱۰۰ نیروی خدمات شهری برای نظافت مسیر پیاده روی زائرین کربلای حسینی را یادآور شد و افزود: همچنین تمهیداتی برای اعزام اتوبوس‌های درون شهری به مرز مهران برای جابه‌جایی زائرین بین مهران و نقطه صفر مرز داشته‌ایم. وی با تأکید بر اینکه با هماهنگی سازمان پایانه‌های مسافری ران استان نیز ۶ دستگاه اتوبوس بین زائرین اربعین در تهران و زائرین به مهران اعزام می‌شود بیان کرد: ۶ دستگاه خودرو خدماتی اعم از آتش‌نشانی، کامیون، باب‌کت و... برای خدمات‌رسانی به زائرین و پاساژزی محدوده موکب آستان مقدس حضرت معصومه(س) اعزام می‌شود. میرهادی پشتیبانی موکب‌های مستقر در مرز مهران و انتقال مایحتاج آنها را از دیگر برنامه‌های شهرداری برای خدمات رسانی در ایام اربعین حسینی عنوان کرد.

مدیرعامل سازمان اتوبوسرانی شهرداری قم اعلام کرد

خدمات رسانی ۵۰دستگاه اتوبوس شهرداری قم در مرز مهران

مدیرعامل سازمان اتوبوسرانی شهرداری قم گفت: امروز ۵۰دستگاه اتوبوس شهرداری قم به مرز مهران اعزام خواهند شد و وظیفه خدمت‌رسانی به زائرین اربعین را بر عهده خواهند داشت.

حسین مومنی موحد با اشاره به برنامه خدمات رسانی سازمان اتوبوسرانی قم به زائرین اربعین حسینی اظهار کرد: در این راستا با هماهنگی مجموعه‌های استانی و شهری بستر اعزام تعدادی از ناوگان حمل و نقل عمومی استان به مرز مهران برای خدمات رسانی به زائرین اربعین فراهم شده است. وی با بیان اینکه طبق هماهنگی صورت گرفته با شرکت‌های خصوصی زیرمجموعه سازمان اتوبوسرانی ۵۰ دستگاه اتوبوس درون شهری قم به مهران اعزام می‌شوند خاطرنشان کرد: با توجه به اینکه قریب به ۲۵۸ دستگاه اتوبوس در سطح شهر قم فعال هستند طی روزهای که به زنامه خدمت رسانی به زائرین اربعین است، این ناوگان به ۲۰۸ دستگاه می‌رسد. مدیرعامل سازمان اتوبوسرانی شهرداری قم از اعزام این اتوبوس‌ها به مرز مهران از امروز خبر داد و افزود: این ۵۰ دستگاه اتوبوس تا ۶ ارد ماه در مرز مهران مستقر بوده و جابه‌جایی زائرین از مهران به نقطه صفر مرزی و بالعکس را بر عهده دارند. وی خاطرنشان کرد: همچنین دو دستگاه گشت و تعمیر سیار نیز نیز مهران مستقر شده و ضمن کنترل و نظارت بر روند خدمات رسانی ناوگان اتوبوسرانی شهری قم، خدمات رسانی به ناوگان دیگر کاتشهرها را نیز انجام می‌دهند. مومنی موحد بیان کرد: این اتوبوس‌ها ساعت هشت صبح دیروز شهر مقدس قم را به مقصد مهران ترک کردند.

همزمان با آغاز هفته کتاب

۳نمایشگاه کتاب در بخش‌های استان قم برپا می‌شود

سرپرست اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم گفت: همزمان با آغاز هفته کتاب زنگ کتاب در برخی مدارس قم نواخته و ۳نمایشگاه کتاب در بخش‌های استان افتتاح می‌شود.

وحید فرجی صبح یکشنبه در نشست خبری با اصحاب رسانه که در آستانه بیست و چهارمین دوره هفته کتاب جمهوری اسلامی برگزار شد، با اشاره به اهمیت مسئله کتاب و خوانی در فرهنگ مطالعه که جامعه اظهار داشت، هر ساله در چنین ایامی به منظور ترویج کتاب‌خوانی و انس بیشتر مردم با کتاب و نیز معرفی تازه‌های نشر برنامه‌های مختلفی برگزار می‌شود. وی با بیان اینکه هفته کتاب خوانی از ۲۴ لغایت اول آذرماه خواهد بود، گفت: کتاب و خانواده، کتاب و دانش، کتاب و رسانه، کتاب و کودک، کتاب و هنر، کتاب و تکنولوژی، کتاب و امام حسین(ع) ناهایی است که برای روزهای این هفته در نظر گرفته شده است. سرپرست اداره کل فرهنگ و ارشاد قم با اشاره به اینکه شعار هفته کتاب خوانی اسمال «ایران می‌خواند» است، افزود: نواختن زنگ کتاب در دو مدرسه با حضور مسئولان، افتتاح ۳نمایشگاه در بخش‌های کودک، قنوت و دستچردان برنامه‌های روز اول این هفته است. فرجی با بیان اینکه دستگاه‌های مختلف در این حوزه ورود کرده‌اند، ادامه داد: چاپ کتاب نوای عاشقی و توزیع بین زائرین، اهادی کتاب به ائچمن‌های هنری، مدارس، پایگاه‌های بسیج، بهزستی، حوزه علمیه و ادارات از دیگر برنامه‌های درنظر گرفته شده در هفته کتاب است. وی عنوان کرد: برنامه‌های چون دیدار با فرزندان شهدای مدافع حرم، امضای تقاضم نامه با برخی مراکز جهت تجهیز قفسه کتاب در آن مراکز و نیز بازدید از کتابخانه‌های فعال استان و تجلیل از آنها در دستور کار قرار دارد. سرپرست اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم گفت: با همکاری شهرداری ۱۰۰ دستگاه اتوبوس و تاکسی مجهز به قفسه باز کتاب شده‌اند.

مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی استان قم:

مدول سوم تصفیه خانه شهرک صنعتی شکوهیه ساخته می‌شود

مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی استان قم: از اتمام مرحله مطالعاتی ساخت مدول سوم تصفیه خانه شهرک صنعتی شکوهیه خبر داد. به گزارش روابط عمومی شرکت شهرک‌های صنعتی استان قم:امیرطییبی نژاد با اعلام این خبر اظهارداشت: در راستای تأمین و توسعه زیرساخت‌های شهرک‌های صنعتی استان و همچنین افزایش سطح بهداشت و محیط زیست شهرک‌های صنعتی، احداث مدول سوم تصفیه خانه شهرک صنعتی شکوهیه را در دستور کار خود قرار داد. وی با بیان اینکه در حال حاضر مدول اول و دوم تصفیه خانه شهرک صنعتی شکوهیه و همچنین پروژه استحصال آب صنعتی از فاضلاب در این شهرک در حال فعالیت می‌باشند افزود: براساس افزایش واحدهای تولیدی، توسعه مساحت این شهرک صنعتی و همچنین افزایش روند فعالیت‌های واحدهای تولیدی این شرکت تا بر آن داشت تا نسبت به توسعه تصفیه خانه شهرک اقدام کند. وی تصریح کرد: خوشبختانه با سرعت عمل لازم و پیش بینی‌های صورت گرفته در زمان مناسب با انتخاب مشاور، فاز مطالعاتی این پروژه به پایان رسیده است و با انجام مقدمات فنی و انتخاب پیمانکار فاز عملیات آن از ابتدای سال آینده آغاز می‌شود. طبیی نژاد اضافه کرد: مدول سوم تصفیه خانه این شهرک صنعتی دارای ظرفیتی بالغ بر هزار متر مکعب می‌باشد که با ظرفیت ۷ هزارو ۵۰۰ مترمکعب در دو دوره زمانی می‌رسد. وی ورودی فاضلاب این شهرک صنعتی در حال حاضر را هزارو ۲۰۰ مترمکعب پساب عنوان کرد و بیان داشت: با توجه به فعال شدن ظرفیت راکد واحدهای صنعتی و راه اندازی واحدهای تولیدی جدید پیش بینی می‌کنیم حجم ورودی فاضلاب به تصفیه خانه شهرک صنعتی آینده افزایش یابد لذا لازم است تمهیداتی اتخاذ شود تا در آینده شاهد بحران و مشکلات زیست محیطی در سطح شهرک صنعتی شکوهیه نباشیم.

وی بر ضرورت توجه واحدهای تولیدی مستقر در شهر کها و نواحی صنعتی استان قم به امر محیط زیست تأکید کرد و بیان داشت: خوشبختانه از آنجایی که ما حفظ محیط زیست را وظیفه و تکلیفی بر دوش خود می‌دانیم و علی‌رغم محدودیت‌های منابع آبی در این استان ولی باید اعلام کنیم که میزان فضاهای سبز و درخت کاری سطح شهر کها و نواحی صنعتی قم بیش از نرم استاندارد کشوری است.

مدیرعامل شرکت آب‌فاروستایی استان قم خبر داد:

پیشرفت ۸۵درصدی پروژه مجتمع آب رسانی چاله کنبد

مدیرعامل شرکت آب‌فاروستایی استان قم: با پیشرفت بالای ۸۵درصدی پروژه مجتمع آب رسانی چاله کنبد خبر داد.

دکتر محمداحمدی جلیلی بیان این که در صورت تأمین اعتبار، پروژه در دهه مبارک فجر به بهره برداری می‌رسد، اظهار داشت: پروژه مجتمع آب‌رسانی چاله کنبد با پیشرفت ۸۵درصدی و وقت بسیار خوبی در این انجام است و با اجرای آن روستاهای چاله کنبد، قلعه چم و علی آباد نیز از آب سالم، بهداشتی و پایدار برخوردار خواهند شد. احمدی جلیلی با اعلام این که مطالعه و انتخاب پیمانکار پروژه در اسرع وقت انجام شد افزود: عملیات اجرایی این پروژه در اواخر سال ۱۳۹۴ آغاز شده و تاکنون خط انتقال، حوضچه‌ها، مخازن پمپاژ و ساختمان‌های برق به طور کامل اجرا شده است و از پیشرفت ۸۵درصدی برخوردار است.

فرمانده انتظامی غرب استان تهران در پایان با اشاره به اینکه کارشناسان، ارزش ریالی کالاهای قاچاق کشف شده را هفت میلیارد ریال برآورد کردند، گفت: متهم پس از تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مرجع قضائی معرفی شد.



چرکه نیمه‌ی



مهدی کاروبی

گفتنی می‌ای: سه گویشتون چو که نیمه‌ی
فره‌یون ارون گویشتون چو که نیمه‌ی
چوون هکله‌ی مریخی شستوسه‌ی دایلم
برو رو زانور و یون پوتون چو که نیمه‌ی
قاپره گئی که خواجه نوئی سینه

[illegible]

برای نظام‌ها، مسیر و ایران از تعیین
 سرچشمه سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی برای اقتصاد پیش از ۷۵
 زن کینه و دانه و هزار محزون گرازن ریاست برای نظام‌ها مسیر جدید تا
 کرکلا در محاصره و ماکب استیل طغیان حضرت مصدقه انی که کرکلا
 آسایش شدت
 سیدمهدیه سر او غصه و پاشیل اینکه سرخ‌ها در غم و غلظت و آسایش
 پاشیل از مسیر جدید به سمت کرکلا برای پناه و پناهنده و پناهنده
 در و طویل گرازن در این راستا برای تعیین استقلال و اقتصاد و اقتصاد گرازن
 برای اقتصاد ملی شایسته در این برای اقتصاد و اقتصاد (۱) اقتصاد در
 سرچشمه سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی برای اقتصاد و اقتصاد

[illegible]

آکشی مزایده (لوت اول)

مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم

موضوع مزایده: اجاره زمین چمن مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم
مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم در نظر دارد موضوع مزایده فوق الذکر را با مشخصات و شرایط کلی زیر از طریق وب کارگزاران مزایده و برابرمسابقاتایران به یکی از افراد حقیقی و حقوقی واجد صلاحیت و شرایط به شرح ذیل واگذار نماید:

الف- شرح مختصر کار:
اجازه زمین چمن مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم به شرط سرمایه گذاری سه ساله

ب- برآورد قیمت، مدت و محل اجرای اجازه:
برآورد قیمت زمین چمن شامل: زمین چمن و فضای اطراف تا قسمت فنی کشی شده دارای پوست و تو میدانی ۴۰۰ متری، فضای پارکینگ مخصوص تر سه طبقه و سکوهای تماشاچیان دارای سرویس بهداشتی و حمام (به غیر از پر پله ها) اجازه با قیمت پایه ماهانه ۴۰۰۰۰۰۰ ریال به صورت ماهانه به شرط سرمایه گذاری سه ساله محل اقم - جاده قدیم قیصران - بعد از هلال احمر - روبروی پمپ بنزین البرز - مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان قم

ج- مبلغ تضمین شرکت در مزایده و پذیرش شرایط پیشنهادی: صورت مشروحه زیر به حساب مجموعه ورزشی

۱) ضمانتنامه معتبر بانکی به مبلغ مجموع هزینه ورزشی و نفره‌های کارگران استان قم تحت عنوان سپرده تضمین شرکت در مزایده بانکگاه سپار کارزی مجموعه ورزشی و نفره‌های کارگران استان قم نزد بانک‌های معتبر که مدت اعتبار تضمین فوق باید حداقل ۳ ماه پس از تاریخ افتتاح ضمانتها بوده و برای نه ماه دیگر قابل تمدید باشد. و علاوه بر آن ضمانتنامه‌های بانکی باید طبق فرم‌های مورد قبول تنظیم گردد.

۲) واریز پیش‌بانکی به شماره حساب ۱۴۰۴۴۲۱۰ (جاری) شماره این نام مجموعه ورزشی و نفره‌های کارگران استان قم

۱- التزام و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی ایران، قانون اساسی و تابعیت ایران
۲- عدم سوء پیشینه کیفری و اعتقاد به مواد مواد مخدر و لغاتین سوء شهرت در جامعه ورزشی
۳- ناهل، تعهد، بر خور داری از توانمندی مالی و مدبریتی لازم
۴- تأیید صلاحیت‌های فردی، ورزشی، فنی و اخلاقی لازم توسط مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران استان قم.
۵- پیشنهاد دهندگان می توانند با هماهنگی سرپرست مجموعه ورزشی، تفریحی کارگران نسبت به باز دید از امکان

م- آدرس مزایده گزار و محل دریافت و تحویل اسناد مزایده: قم، جاده قدیم قزوین، بعد از حلق احمر، ویلایی
پنج پرتوی البرز، اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان قم طبقه اول آقایان سجادی، غفاریان - تلفن: ۳۶۱۶۲۱۴۰

روزنامه و مهلت دریافت اسناد مزایه: از اول وقت اناری روز دو شنبه ۱۳۹۵/۰۸/۲۲ لغایت پایان وقت اناری روز دوشنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۵

و آخرين مهلت تحويل اسناد: با بيان وقت انتاري روز سه شنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۶
ي زمان بازگشايي باكت ها: روز چهار شنبه ۱۳۹۵/۰۹/۱۷ ساعت ۹:۰۰ صبح.
مخبر مزايده گران در جنگل كميسيون مزايده با ارائه معرفي نامه كميسي آزاد و اختياري مي باشند.
مزايده باخودر حداقل يك پيشنهادهنده حقيقي و يا حقيقي واجد صلاحيت و شرايط در مزايده نوازي رسميت
يافته و حقيقي در هر گزاري مزايده باخودر باطل خواهد بود.

۴۴ مجموعه ورزشی، تفریحی، کارگران استان قم در انتخاب باردار پیشنهاد نام الاختیار بوده و شرکت در مزایده برای شرکت کننده هیچ گونه حلی ایجاد نمی کند.

۴۵ در صورت اعلام برنده نظر اول از سوی مجموعه ورزشی و تفریحی، کارگران استان قم و عدم انعقاد قرارداد در موعد مقرر مبلغ تضمین شرکت در مزایده برنده نظر اول به نفع مجموعه فوق ضبط خواهد شد.

۴۶ کلیه مزایه های مزایده از جمله نشر آگهی و کار نشان به عهده برنده مزایده خواهد بود.

مجموعه ورزشی و تفریحی کارگران استان اقم